

**KONSELING *BEHAVIORAL* DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT*
UNTUK MENINGKATKAN ETIKA PERGAULAN PESERTA DIDIK
KELAS VII DI SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam
Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh

**SANTI RIANTI
NPM : 1411080122**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

**KONSELING *BEHAVIORAL* DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT*
UNTUK MENINGKATKAN ETIKA PERGAULAN PESERTA DIDIK
KELAS VII DI SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Dalam
Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**Pembimbing I : Dr. Imam Syafei, M.Ag
Pembimbing II : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

ABSTRAK

KONSELING *BEHAVIORAL* DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN ETIKA PERGAULAN PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG

Oleh
SANTI RIANTI

Etika pergaulan adalah norma sopan santun atau pedoman tingkah laku baik-buruk dalam pergaulan. Apabila peserta didik tidak memiliki etika pergaulan yang baik, maka ia tidak mampu menampilkan diri sesuai dengan aturan atau norma yang berlaku. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dalam bentuk *quasi experimental*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *nonequivalent control group design*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Pada dua kelompok tersebut sama-sama diberikan *pretest*, dan *posttest*. Kelas eksperimen menggunakan teknik *self-management*, sedangkan kelas kontrol dengan teknik *self-instruction*.

Adapun hasil dapat diketahui bahwa nilai z_{hitung} eksperimen lebih besar dari z_{hitung} kontrol ($2,524 > 2,521$), hal ini menunjukkan bahwa ditolak H_0 dan H_a diterima, selain itu didapat nilai rata-rata *posttest* pada kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol ($118,125 > 96,625$), kemudian juga dilihat dari tingkat presentase pada kategori tinggi yaitu kelas eksperimen lebih tinggi dari pada kelas kontrol ($87,5\% > 25\%$). Jika dilihat dari hasil yang telah didapat maka peningkatan pada kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa teknik *self-management* dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

Kata Kunci : Teknik *Self-Management*, Etika Pergaulan



KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi

: KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN ETIKA PERGAULAN PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG

Nama

: Santi Rianti

NPM

: 1411080122

Jurusan

: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas

: Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

**Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung**

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Imam Syafe'i, M.Ag

Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

NIP. 196502191998031002

NIP. 196104011981031003

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Andi Thahir, M.A., Ed.D

NIP. 197604272007011015



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN ETIKA PERGAULAN PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG,
disusun oleh Santi Rianti, NPM : 1411080122 Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/tanggal : Kamis, 18 Oktober 2018.

TIM PENGUJI MUNAQOSYAH

Ketua

: Dr. Rubhan Masykur, M.Pd

Sekretaris

: Mega Aria Monica, M.Pd

Pembahas Utama

: Nova Erlina, S.IQ., M.Ed

Pembahas Pendamping I

: Dr. Imam Syafe'i, M.Ag

Pembahas Pendamping II

: Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

Mengetahui

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd

NIP. 19560810 198703 1 001

MOTTO

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ
الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴿٢١﴾

Artinya: “*Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah*”

(QS: Al-Ahzab : 21)¹



¹ Departemen Agama RI, *Al-quran dan Terjemahannya* (Bandung: PT Syamil Cipta Media), h. 420.

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan Bismillahirrohmanirohim, teriring do'a dan rasa syukur kepada Allah SWT, atas segala limpahan berkah, dan rahmat-Nya yang selalu mengiringi disetiap hembusan nafas dan langkah kaki ini. Dari hati yang paling dalam dan rasa terima kasih yang tulus ku persembahkan skripsi ini kepada:

1. Ayahanda tercinta Rusli dan Ibunda tercinta (Almh) Kholifah. Untuk Ayahku lelaki terhebat dalam hidupku, terimakasih atas doa, cinta, kasih sayang, perhatian, dan perjuangan yang tak pernah kenal lelah demi keberhasilan dan kebahagiaanku. Untuk Almarhumah ibuku yang selalu kurindu, terimakasih telah menjadi ibu yang sangat luar biasa. Aku sangat bersyukur terlahir dari seorang wanita tangguh sepertimu. Keberhasilanku saat ini tidak lepas dari doa yang tak pernah henti terucap semasa hidupmu. Do'aku selalu untuk kedua orangtuaku tercinta, Allahumma fighri waliwalidayya warhamhuma rabbayaani sighaara.
2. Alhamdulillah Adik yang bungsu ini sudah LULUS, terimakasih Abangku Heriyansyah dan Alfian, dan Kakakku Sinta Srinita yang selalu mendo'akan, memberikan semangat dan support disetiap langkah. Kalian Abang dan Kakak yang sangat kusayang.
3. Almamaterku Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah banyak mengajarkan saya untuk belajar istiqomah, berfikir dan bertindak lebih baik.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Santi Rianti dilahirkan pada hari sabtu, tanggal 05 Agustus 1995 di Desa Palembapang Kecamatan Kalianda Kabupaten Lampung Selatan dari pasangan Ayahanda Rusli dan Ibunda (Almh) Kholifah, sebagai anak keempat dari empat bersaudara.

Awal studi penulis menempuh pendidikan di SD Negeri 2 Palembapang dari tahun 2002-2008, kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 1 Kalianda dari tahun 2008-2011, dan melanjutkan di SMA Negeri 2 Kalianda dari tahun 2011-2014. Pada tahun 2014 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Tahun Ajaran 2014/2015 melalui jalur Seleksi Prestasi Akademik-Perguruan Tinggi Keislaman Negeri (SPAN-PTKIN).

Selama kuliah penulis pernah mengikuti Kuliah Kerja Lapangan (KKL), dan studi banding dengan tujuan ke Bandung-Yogyakarta-Malang pada tanggal 29 Januari 2016 sampai dengan 04 Februari 2017. Penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Taman Baru kecamatan Penengahan Kabupaten Lampung Selatan selama 40 hari Pada tanggal 28 Juli sampai dengan 30 Agustus tahun 2017, selanjutnya pada tahun yang sama dibulan November penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) selama 50 hari di SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti.

Skripsi dengan judul **“Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Etika Pergaulan Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung”**, adalah salah satu syarat untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Proses penulisan skripsi ini tidak terlepas dari hambatan yang datang baik dari dalam maupun dari luar diri penulis. Penulisan skripsi ini tidak terlepas bantuan serta petunjuk dari berbagai pihak akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan., oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. H. Andi Thahir, M.A.,Ed.D, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
3. Dr. Oki Darmawan M.Pd, selaku sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

4. Dr. Imam Syafei, M.Ag, selaku Pembimbing I yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I, selaku Pembimbing II yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung. Terimakasih atas ilmunya yang sangat bermanfaat.
7. Made Suyasmini, S.Pd, selaku kepala SMP Negeri 12 Bandar Lampung yang telah memberikan izin kepada Penulis untuk melakukan penelitian dalam mengumpulkan data skripsi penulis.
8. Dra. Sumarni TN, selaku Guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 12 Bandar Lampung terima kasih atas bantuannya selama penulis melakukan penelitian, semoga Allah membalas jasa baiknya.
9. Peserta didik kelas VII A dan VII B SMP Negeri 12 Bandar Lampung yang telah ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.
10. Teman-teman angkatan 2014 program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung terutama kelas B terimakasih atas bantuan dan kebersamaannya selama 4 tahun ini.

11. Sahabat - sahabat terbaik dalam suka dan duka Yuni Rosania, Yunia Fitriyana, Siti Kholifah, Rahma Khoirunnisa, Puja Ulfaini, Sri May Yati, Maelansari, dan Dina Holisa, terimakasih kebersamaan yang penuh dengan berjuta cerita dan terimakasih untuk segala bantuannya.
12. Teman-teman KKN kelompok 157 Desa Taman Baru dan PPL SMP Negeri 12 Bandar Lampung terimakasih atas canda tawa dan dukungan kalian.
13. Rekan-rekan SD Negeri 2 Palembapang, SMP Negeri 1 Kalianda dan SMA Negeri 2 Kalianda yang tidak bisa disebutkan satu persatu namanya.
14. Semua pihak yang telah turut serta membantu menyelesaikan skripsi ini, baik moril maupun materil. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan diberi pahala yang setimpal. Aamiin.

Penulis sangat menyadari keterbatasan pengetahuan, pengalaman dan informasi yang ada pada diri penulis, sehingga dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak terdapat kekurangan baik dalam hal penyampaian maupun kelengkapannya. Segala kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kebaikan dalam penulisan yang akan datang. Akhirnya penulis harapkan semoga karya sederhana ini bisa bermanfaat bagi kita semua.

Bandar Lampung, 2018
Penulis,

Santi Rianti
NPM 1411080122

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	Hal i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Batasan Masalah.....	12
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian.....	12
F. Manfaat Penelitian.....	12
G. Ruang Lingkup.....	13
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Konseling <i>Behavioral</i>	15
1. Pengertian Konseling <i>Behavioral</i>	15
2. Pandangan Tentang Manusia Menurut Konseling <i>Behavioral</i>	16
3. Karakteristik Konseling <i>Behavioral</i>	17
4. Tujuan Konseling <i>Behavioral</i>	18
5. Perilaku Bermasalah Menurut Konseling <i>Behavioral</i>	19
6. Peran Dan Fungsi Konselor Konseling <i>Behavioral</i>	19
7. Tahap-Tahapan Konseling <i>Behavioral</i>	20
8. Kelebihan dan Kelemahan Konseling <i>Behavioral</i>	21
B. Teknik <i>Self-Management</i>	21
1. Pengertian <i>Self-Management</i>	21
2. Tujuan <i>Self-Management</i>	23
3. Aspek-aspek <i>Self-Management</i>	23
4. Manfaat Teknik <i>Self-Management</i>	23
5. Tahap-Tahapan <i>Self-Management</i>	24
6. Kelebihan dan Kelemahan <i>Self-Management</i>	26

C. Etika Pergaulan	27
1. Pengertian Etika Pergaulan	27
2. Ciri-ciri Etika Pergaulan	29
3. Tujuan Etika Pergaulan	30
4. Faktor yang Mempengaruhi Etika Pergaulan.....	31
D. Konseling Kelompok	32
1. Pengertian Konseling Kelompok	32
2. Perbedaan Konseling Kelompok Dan Bimbingan Kelompok	34
3. Fungsi Konseling Kelompok.....	34
4. Tujuan Konseling Kelompok	35
5. Asas-Asas Konseling Kelompok.....	35
6. Ketua Kelompok	36
7. Pembentukan Konseling Kelompok.....	37
8. Tahap-Tahapan Konseling Kelompok	37
E. Penelitian Relevan.....	38
F. Kerangka Berfikir.....	41
G. Hipotesis Penelitian.....	42

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	44
B. Desain Penelitian.....	44
C. Variable Penelitian.....	46
D. Definisi Operasional Penelitian.....	47
E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	47
1. Populasi.....	47
2. Sampel.....	48
3. Teknik Sampling	48
F. Teknik Pengumpulan Data.....	49
1. Observasi.....	49
2. Wawancara.....	49
3. Angket.....	50
G. Instrumen Penelitian.....	51
H. Pengujian Instrumen Penelitian.....	52
1. Validitas	52
2. Reliabilitas.....	54
I. Langkah-Langkah Pemberian Perlakuan	55
J. Teknik dan Pengolahan Analisis Data	57
1. Teknik Pengolahan Data	57
2. Analisis Data	58

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	59
1. Data Deskripsi <i>Pretest</i>	59

a) Hasil <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen	59
b) Hasil <i>Pretest</i> Kelas Kontrol.....	60
2. Pelaksanaan Penelitian	60
a) Pelaksanaan Kelas Eksperimen	62
b) Pelaksanaan Kelas Kontrol.....	67
3. Hasil Deskripsi <i>Posttest</i>	73
a) Hasil <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen.....	73
b) Hasil <i>Posttest</i> Kelas Kontrol	73
4. Uji Hipotesis Wilcoxon.....	74
a) Analisis perhitungan Kelas Eksperimen.....	75
b) Analisis perhitungan Kelas Kontrol	79
c) Analisis perhitungan Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	83
B. Pembahasan	85
C. Keterbatasan Penelitian.....	86
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	88
B. Saran	89
DAFTAR PUSTAKA.....	91
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Peserta Didik Yang Memiliki Etika Pergaulan Rendah (Eksperimen)	6
Tabel 2 Peserta Didik yang Memiliki Etika Pergaulan Rendah (Kontrol).....	7
Tabel 3 Definisi Operasional Variabel.....	47
Tabel 4 Populasi Penelitian.....	48
Tabel 5 Sampel Penelitian.....	48
Tabel 6 Penskoran Item.....	50
Tabel 7 Kriteria Etika Pergaulan.....	51
Tabel 8 Kisi-kisi Skala Etika Pergaulan.....	52
Tabel 9 Hasil Uji Validitas.....	53
Tabel 10 Hasil Uji Reabilitas	55
Tabel 11 Pertemuan Layanan Konseling	57
Tabel 12 Hasil <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen.....	59
Tabel 13 Hasil <i>Pretest</i> Kelas Kontrol	60
Tabel 14 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian	61
Tabel 15 Hasil <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen	73
Tabel 16 Hasil <i>Posttest</i> Kelas Kontrol.....	74
Tabel 17 Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen.....	75
Tabel 18 Uji Wilcoxon Kelas Eksperimen.....	76
Tabel 19 Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Kontrol	79
Tabel 20 Uji Wilcoxon Kelas Kontrol	80
Tabel 21 Deskripsi Data Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	83
Tabel 22 Perbandingan Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	84
Tabel 23 Tingkat Presentase Kategori Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	84

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Bagan Kerangka Berfikir	42
Gambar 2 Pola <i>Non-equivalent Control Group Design</i>	45
Gambar 3 Hubungan Antar Variabel	46
Gambar 4 Grafik Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen	75
Gambar 5 Kurva Kelas Eksperimen.....	78
Gambar 6 Grafik Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Kontrol	79
Gambar 7 Kurva Kelas Kontrol	82
Gambar 4.9 Grafik Peningakatan Etika Pergaulan	85



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Permohonan Penelitian	95
2. Surat Balasan Penelitian.....	96
3. Surat Pernyataan.....	97
4. Surat Validasi Angket	98
5. Lembar Persetujuan Responden.....	100
6. Nama Peserta Didik.....	101
7. Daftar Hadir Kelas Eksperimen	102
8. Daftar Hadir Kelas Kontrol.....	103
9. Kisi-Kisi Wawancara	104
10. Angket	105
11. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Angket	108
12. Tabel R.....	110
13. Hasil <i>Pretest-Posttest</i> Kelas Eksperimen.....	111
14. Hasil <i>Pretest-Posttest</i> Kelas Kontrol	112
15. Uji Wilcoxon Kelas Eksperimen.....	113
16. Uji Wilcoxon Kelas Kontrol	115
17. Tabel Z	117
18. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Kelas Eksperimen	118
19. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Kelas Kontrol	130
20. Lembar <i>Self-Management</i>	141
21. Lembar Evaluasi Konseling Kelompok	142
22. Kartu Bimbangan Skripsi.....	143
23. Dokumentasi Kegiatan.....	145

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Allah SWT menyeru kepada umat-Nya untuk melakukan hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya, dalam Al-Quran Surah An-nisa Allah SWT berfirman:



يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا
زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ
وَالْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

Artinya: “..... dan (peliharalah) hubungan silaturrahim. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu”. (Q.S Al-Nisa ayat 1)¹

Makna dari ayat diatas adalah bahwa manusia diperintahkan untuk memelihara hubungan silaturahmi dan persaudaraan. Karena pada dasarnya manusia tidak lepas dari hubungan individu satu dengan yang lainnya.

¹ Departemen Agama RI, *Al-Quran Dan Terjemahannya* (Bandung: PT Syamil Cipta Media, 2005), h. 77.

Sebagai makhluk sosial manusia selalu berhubungan dan saling membutuhkan satu dengan yang lainnya, dalam hidup itulah terjadi pergaulan antar manusia, baik di rumah, di sekolah maupun lingkungan sekitar, lebih-lebih pada forum internasional yaitu pergaulan antar bangsa. Manusia yang hidup berdampingan harus mempunyai aturan demi terwujudnya kehidupan yang damai penuh keteraturan, ketertiban dan keharmonisan dengan saling menghargai, menghormati, tolong menolong, bersikap dan berperilaku sopan.² Oleh karena itu manusia memerlukan etika pergaulan dalam berinteraksi dan berhubungan dengan orang lain, agar dapat diterima dan bertahan dalam lingkungan sosialnya.

Etika pergaulan ikut berperan sebagai pedoman tingkah laku baik-buruk dalam pergaulan sesama manusia. Remaja yang merupakan bagian dari manusia tentu juga memerlukan pedoman tingkah laku baik di rumah, di sekolah, maupun di lingkungan sekitarnya agar pergaulannya dapat berjalan dengan baik sesuai dengan norma masyarakatnya maupun norma agama yang dianutnya.

Batasan usia remaja berbeda-beda sesuai dengan sosial budaya setempat. Menurut WHO (badan PBB untuk kesehatan dunia) batasan usia remaja adalah 12 sampai 24 tahun, sedangkan dari segi program pelayanan, batasan usia remaja yang digunakan oleh Departemen Kesehatan adalah yang berusia 10 sampai 19 tahun dan belum kawin, sementara itu, menurut BKKBN (Direktorat Remaja dan Perlindungan

² Novita Anggriani, M. Husen, and Martunis, "Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Etika Pergaulan Siswa SMK Negeri 1 Kluet Selatan," *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling FKIP Unsyiah* Vol. 1, No. 1 (2016), h. 66.

Hak Reproduksi) batasan usia remaja adalah 10 sampai 21 tahun.³ Peserta didik sekolah menengah pertama dengan usia 12-15 tahun termasuk kategori remaja.

Elizabeth B.Hurlock menjelaskan bahwa pencapaian tingkat perkembangan baik fisik maupun psikologis membuat banyak remaja mengalami perubahan pada sikap dan perilakunya. Individu yang sudah memasuki masa remaja diharapkan mengganti konsep-konsep moral yang berlaku khusus dimasa kanak-kanak dengan prinsip moral yang berlaku umum dan merumuskannya ke dalam kode moral yang akan berfungsi sebagai pedoman bagi perilakunya. Pada masa remaja, individu harus mulai untuk bertanggung jawab mengendalikan perilakunya sendiri yang sebelumnya menjadi tanggung jawab orang tua dan guru pada saat kanak-kanak.⁴

Reni Selviana Sari mengemukakan etika pergaulan adalah suatu hubungan tingkah laku individu yang di dalamnya terdapat suatu norma dan nilai-nilai yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari, serta merupakan tolak ukur tingkah laku individu yang di gunakan masyarakat untuk menentukan baik buruknya suatu tindakan manusia dalam kehidupannya sehari-hari.⁵

Sri Muhyati berpendapat etika pergaulan adalah norma sopan santun atau pedoman tingkah laku (baik-buruk) dalam pergaulan. Etika pergaulan memberi manusia orientasi bagaimana ia menjalani hidupnya melalui rangkaian tindakan

³ Itsna Fitria Rahmah, "Etika Pergaulan Remaja Muslim Yang Ramah Ditinjau Dari Konsep Peace Education Studi Di SMA Islam Al Azhar 14 Semarang," *Jurnal Pendidikan Madrasah Tarbiyah UIN SUKA* Vol 1, No. 2 (2016), h. 247.

⁴ B Elizabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Penetbit Erlangga, 1980), h.225.

⁵ Reni Selviana Sari, "Pengaruh Layanan Bimbingan Sosial Terhadap Etika Pergaulan Peserta Didik Kelas VIII Mts Asy-Syafi'iyah Jatibarang Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2013/2014," *Jurnal Cakrawala BK*, (2014), h. 14.

sehari-hari. Etika pergaulan pada akhirnya membantu kita untuk mengambil keputusan tentang tindakan apa yang perlu kita lakukan.⁶ Dalam Al-Quran Surah Al-Ahzab ayat 21 Allah SWT menerangkan mengenai etika pergaulan yaitu:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ
الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴿٢١﴾

Artinya: “*Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah*”. (Q.S Al-Ahzab : 21)⁷

Ayat tersebut menerangkan alasan mengapa Allah menurunkan Nabi Muhammad SAW di tengah-tengah manusia, tiada lain untuk membimbing manusia bagaimana seharusnya ia dibimbing, dikendalikan dan diarahkan, dan perintah meneladani Rasulullah SAW, baik perkataan, perbuatan, maupun keadaanya, dalam hal kesabaran, keteguhan, dan kesungguh-sungguhannya. Dalam ayat lain Allah SWT juga menerangkan mengenai etika pergaulan yaitu:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٧٠﴾

⁶ Sri Muhayati, “Meningkatkan Ketrampilan Etika Pergaulan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII F SMP Negeri 3 Demak Tahun Ajaran 2011/2012,” *Jurnal BK FKIP UNNES*, (2013), h. 12.

⁷ Departemen Agama RI, *Op.Cit.* h. 420.

Artinya: *“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu kepada Allah dan katakanlah perkataan yang benar”*. (Q.S Al-Ahzab : 70)⁸

Ayat tersebut menerangkan bahwa Allah SWT memerintahkan kepada hamba-hambaNya yang beriman agar tetap bertakwa kepadaNya dan menyembahNya, dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar, jujur, dan tidak menyimpang, didalam ayat ini terdapat salah satu indikator etika pergaulan yaitu kejujuran.

Indikator etika pergaulan menurut Reni Selviana Sari yaitu (a) bersikap dan bertutur kata sopan santun, (b) memiliki tanggung jawab, (c) memiliki kejujuran, (d) memiliki toleransi, dan (e) memiliki kedisiplinan.⁹ Sri Muhyati berpendapat bahwa indikator etika pergaulan yaitu (a) keterampilan berkomunikasi verbal, (b) keterampilan berkomunikasi non verbal, (c) sopan santun, (d) empati, dan (e) mengembangkan kesadaran diri.¹⁰

Berdasarkan pendapat dari reni selviana sari dan sri muhyati, penulis menyimpulkan indikator etika pergaulan yang akan digunakan penulis sebagai indikator dalam penelitian ini, yaitu (a) Bersikap dan bertutur kata sopan santun, (b) Memiliki kejujuran, (c) Sikap saling toleransi, (d) Berempati, dan (e) Bertanggung jawab. Jadi Apabila peserta didik tidak memiliki kriteria dalam indikator-indikator tersebut maka peserta didik dikatakan memiliki etika pergaulan rendah.

Hasil pra penelitian berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan ibu Dra.Sumarni TN selaku guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 12 Bandar

⁸ *Ibid*, h. 427.

⁹ Reni Selviana Sari, *Op.Cit.* h. 16.

¹⁰ Sri Muhyati, *Op.Cit.* h. 18.

Lampung, mengatakan bahwa:

masih ada peserta didik yang memiliki etika pergaulan rendah, berdasarkan indikator etika pergaulan. Terdapat dua kelas di kelas VII yang memiliki etika pergaulan rendah, yaitu kelas VII A dan VII B. Ditunjukkan dengan adanya gejala-gejala seperti kurangnya sopan santun baik perkataan maupun perbuatan, kurangnya toleransi kepada teman, kurangnya kejujuran peserta didik, dan menyuruh teman melakukan sesuatu tanpa mengucapkan kata tolong dan terimakasih.¹¹

Setelah wawancara, penulis juga menyebarkan angket etika pergaulan sebanyak 35 item pernyataan kepada kelas VII A dan VII B yang telah disebutkan guru bk untuk dijadikan subjek penelitian, karena menurut guru bk kedua kelas tersebut mempunyai etika pergaulan yang rendah. Oleh karena itu menurut penulis, kelas tersebut perlu diberikan bantuan. Adapun hasil penyebaran skala etika pergaulan sebagai berikut:

Tabel 1
Peserta Didik yang Memiliki Etika Pergaulan Rendah
Kelas VII A SMP Negeri 12 Bandar Lampung (Kelas Eksperimen)

No	Nama	Indikator Etika Pergaulan				
		bersikap dan bertutur kata sopan santun	memiliki kejujuran	sikap saling toleransi	berempati	bertanggung jawab
1	ARA	√	√		√	
2	CO	√	√	√	√	√
3	DS	√		√		√
4	MF	√	√		√	√
5	MGN	√	√	√		√
6	SRK	√	√		√	√
7	YW	√		√	√	√
8	ZAL		√	√	√	√

Sumber: Hasil penyebaran angket etika pergaulan peserta didik kelas VII SMP Negeri 12 Bandar Lampung, 14 Februari 2018

¹¹ Sumarni TN, wawancara peneliti dengan guru BK, SMP Negeri 12 Bandar Lampung, 14 februari 2018.

Data tabel 1.1 terdapat 8 peserta didik yang terindikasi memiliki etika pergaulan rendah yaitu ARA dan DS memiliki 3 indikator, kemudian MF, MGN, SRK, YW, dan ZAL memiliki 4 indikator, dan CO memiliki 5 indikator.

Tabel 2
Peserta Didik yang Memiliki Etika Pergaulan Rendah
Kelas VII B SMP Negeri 12 Bandar Lampung (Kelas Kontrol)

No	Nama	Indikator Etika Pergaulan				
		bersikap dan bertutur kata sopan santun	memiliki kejujuran	sikap saling toleransi	berempati	bertanggung jawab
1	AKS	√	√		√	√
2	ALP		√	√		√
3	BB	√	√		√	√
4	FA	√		√	√	
5	MA	√	√	√		√
6	RI	√		√	√	
7	SAP	√	√	√	√	√
8	WNR	√			√	√

Sumber: Hasil penyebaran angket etika pergaulan peserta didik kelas VII SMP Negeri 12 Bandar Lampung, 14 Februari 2018

Data tabel 1.2 terdapat 8 peserta didik yang terindikasi memiliki etika pergaulan rendah yaitu ALP, FA, RI, dan WNR memiliki 3 indikator, kemudian AKS, ALP, dan MA memiliki 4 indikator, dan SAP memiliki 5 indikator.

Selain itu penulis juga melakukan observasi yaitu mengamati kegiatan peserta didik ketika jam pelajaran berlangsung maupun istirahat, ketika jam pelajaran berlangsung peserta didik kurang menghargai guru yang sedang mengajar dikelas seperti berbicara ataupun bercanda dengan temannya, siswa keluar masuk tanpa izin. Ketika jam istirahat mereka berbicara dengan kata-kata yang tidak baik dan kasar.¹²

¹² Observasi peserta didik kelas VII, SMP Negeri 12 Bandar Lampung, 14 februari 2018.

Jika keadaan ini berlangsung terus-menerus maka dapat mengakibatkan suasana dan lingkungan sekolah menjadi tidak kondusif.

Etika pergaulan yang baik perlu dimiliki peserta didik saat di rumah, di sekolah, maupun di lingkungan sekitarnya agar pergaulannya dapat berjalan dengan baik. Jika masalah ini diabaikan, maka peserta didik tidak mampu menampilkan diri sesuai dengan aturan atau norma yang berlaku sehingga akan menyinggung, mengganggu, menyakiti perasaan, dan pikiran orang lain atas perilakunya, dan tidak dapat menempatkan diri dengan baik di lingkungannya, dan menghambat proses perkembangannya.¹³ Oleh karena itu, permasalahan tersebut harus segera diatasi. Salah satu komponen sekolah yang berperan penting dalam hal ini ialah guru bimbingan dan konseling.

Menurut Ibu Dra. Sumarni TN, beliau mengatakan;

sudah adanya upaya yang dilakukan dari guru bimbingan dan konseling dalam menyelesaikan serta meningkatkan etika pergaulan peserta didik. Salah satu upaya yang dilakukan pihak sekolah adalah dengan melalui kegiatan bimbingan dan konseling, diantaranya adalah layanan konseling individu, dan bimbingan kelompok. Akan tetapi layanan yang digunakan untuk menyelesaikan masalah tersebut belum mampu menangani masalah etika pergaulan. Jadi, belum pernah mengadakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik.¹⁴

Perlunya guru bimbingan dan konseling dalam pendidikan ialah untuk membantu peserta didik mengatasi setiap masalah yang dialaminya dalam kehidupan

¹³ Fiqih Kartika Murti, "Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Pemahaman Etika Pergaulan Siswa," *Jurnal BK UNESA* Vol 8, No. 1 (2018), h. 3.

¹⁴ Sumarni TN, wawancara peneliti dengan guru BK, SMP Negeri 12 Bandar Lampung, 14 februari 2018.

agar mampu mengembangkan potensi dirinya. Melalui proses konseling peserta didik dapat dibimbing untuk mengarahkan hidupnya sendiri melalui berbagai pertimbangan, pembuatan rencana, pengambilan keputusan secara bijaksana dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambil. Salah satunya layanan yang dapat digunakan yaitu konseling kelompok.

Dewa Ketut Sukardi menjelaskan konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di dalam kelompok itu. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir).¹⁵

Konseling kelompok digunakan, karena dalam konseling kelompok peserta didik berinteraksi dengan teman guna meningkatkan hubungan yang baik antar teman, dan bersama-sama mencari jalan keluar untuk masalahnya. Untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik, dibutuhkan tindakan yang tepat dari guru bimbingan dan konseling. Salah satu cara yang akan penulis lakukan adalah meningkatkan etika pergaulan peserta didik melalui konseling *behavioral* dengan teknik *self-management*. Konseling tersebut diharapkan mampu untuk meningkatkan etika pergaulan.

Hasil penelitian terdahulu yang dilaksanakan oleh Mega Aria Monica dan Ruslan Abdul Gani dengan judul Efektivitas Layanan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik *Self-management* Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh (df) 78 kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} $0,05 = 2,101$, maka $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ ($3,679 \geq 2,101$) atau nilai sign (2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0,000 \leq 0,005$), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan

¹⁵ Dewa Ketut Sukardi and Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 79.

Ha diterima, selain itu didapatkan nilai rata-rata *kelas eksperimen* lebih besar dari pada *kelas kontrol* ($115.275 \geq 101.925$). Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dapat mengembangkan tanggung jawab belajar pada peserta didik kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017.¹⁶

Pada jurnal konseli dengan judul Pendekatan *Behavioral* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas oleh Nova Erlina dan Laeli Anisa Fitri menjelaskan konseling *behavioral* memusatkan perhatian kepada perilaku yang tampak, tingkah laku manusia dapat dipelajari, dan perilaku yang tidak tepat dapat diubah (dihapus dan atau diganti dengan perilaku yang lebih dapat diterima), serta sangat mungkin untuk memprediksikan dan mengontrol tingkah laku apabila seluruh karakteristik lingkungan yang bersangkutan diketahui.¹⁷

Pada konseling *behavioral* terdapat beberapa teknik yang dapat membantu meningkatkan etika pergaulan peserta didik, salah satu teknik dalam konseling *behavioral* yang penulis pilih dalam membantu permasalahan tersebut yaitu teknik *self-management*. Menurut Gie *self-management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih baik.¹⁸

¹⁶ Mega Aria Monica and Ruslan Abdul Gani, "Efektivitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016," *Jurnal Konseli BK Tarbiyah UIN RIL* Vol 03, No. 1 (2016), h. 171.

¹⁷ Nova Erlina and Laeli Anisa Fitri, "Pendekatan Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTs Miftahul Ulum Merabung III Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus", *Jurnal Konseli BK Tarbiyah UIN RIL* Vol 03, No. 1 (2016), h. 21.

¹⁸ The Liang Gie, *Cara Belajar Yang Baik Bagi Mahasiswa Edisi Kedua* (Yogyakarta: Gajah Mada Universitas Press, 2000), h. 77.

Tujuan konseling *behavioral* teknik *self-management* untuk menghasilkan perubahan perilaku yang diinginkan dan menggantinya dengan pola perilaku yang lebih sesuai melalui proses belajar dan tugas yang dilakukan antara sesi konseling memungkinkan konseli untuk menguji, memodifikasi, dan menargetkan perilaku dalam situasi kehidupan nyata.¹⁹

Berdasarkan beberapa keterangan yang sudah dijelaskan maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Konseling *Behavioral* dengan Teknik *Self-management* Untuk Meningkatkan Etika Pergaulan Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 12 Bandar Lampung”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka ada beberapa masalah yang dapat diidentifikasi antara lain:

1. Terdapat peserta didik belum bersikap dan bertutur kata sopan santun
2. Terdapat peserta didik belum memiliki kejujuran
3. Terdapat peserta didik belum memiliki sikap saling toleransi
4. Terdapat peserta didik belum mampu berempati
5. Terdapat peserta didik belum mampu bertanggung jawab
6. Belum digunakannya teknik konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik.

¹⁹ Brett Furlonger et al., “Using a Single-Case Experimental Design to Evaluate a Cognitive-Behavioural Self-Management Counselling Intervention Intervention”, *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 2017, h. 4.

C. Batasan Masalah

Agar pembahasan dalam penelitian ini terarah dan tidak keluar dari permasalahan yang ada, maka penulis membatasi masalahnya yaitu “konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan baru dan memberikan masukan bagi ilmu pengetahuan pada umumnya serta pengembangan ilmu bimbingan dan konseling khususnya, untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik menggunakan pendekatan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management*.

2. Secara Praktis

a. Bagi Penulis

Untuk menambah pengetahuan dan memberikan pengalaman yang luar biasa sebagai bekal untuk menjadi calon konselor yang profesional.

b. Bagi Guru

Memberikan informasi dan menambah keterampilan guru bimbingan dan konseling dalam rangka pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik.

c. Bagi Peserta Didik

Penelitian ini diharapkan memberikan dampak positif dalam meningkatkan etika pergaulan peserta didik di SMPN 12 Bandar Lampung.

d. Bagi Penulis Selanjutnya

Semoga penelitian ini dapat bermanfaat untuk penelitian selanjutnya dalam segmen yang berbeda.

G. Ruang Lingkup Penelitian

Dalam hal ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, diantaranya adalah:

1. Ruang lingkup ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling bidang sosial-pribadi.

2. Ruang lingkup objek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah meningkatkan etika pergaulan melalui penggunaan layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management*.

3. Ruang lingkup subjek

Ruang lingkup subjek pada penelitian ini adalah peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

4. Ruang lingkup wilayah

Ruang lingkup wilayah penelitian ini adalah di SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

5. Ruang lingkup waktu

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilakukan pada semester ganjil tahun ajaran 2018/2019.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Konseling Behavioral*

1. *Pengertian Konseling Behavioral*

Konseling *behavioral* adalah salah satu teknik yang digunakan dalam menyelesaikan masalah tingkah laku yang ditimbulkan oleh dorongan dari dalam untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidup, dilakukan melalui proses belajar agar orang bisa bertindak dan bertingkah laku lebih efektif dan efisien.¹

Pendekatan *behavioral* menekankan pada dimensi kognitif individu dan menawarkan berbagai metode yang berorientasi pada tindakan (*action oriented*) untuk membantu mengambil langkah yang jelas dalam mengubah tingkah laku. Selain itu, manusia dipandang sebagai individu yang mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, mengatur serta dapat mengontrol perilakunya dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi perilakunya, maupun mempengaruhi perilaku orang lain.²

Corey menjelaskan bahwa konsep utama dalam *behavioral* adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia, tingkah laku itu tertib dan eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyingkapkan hukum- hukum yang mengendalikan tingkah laku.³

¹ Kartini Kartono, *Patologi Sosial* (Jakarta: CV Rajawali, 1997), h. 302.

² Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Teori Dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2014), h. 141.

³ Gerald Corey, *Konseling Dan Psikoterapi* (Bandung: PT Rafika Aditama, 2005), h. 195.

Dustin dan George mengemukakan bahwa manusia dipandang sebagai individu yang baik atau yang jahat, tetapi sebagai individu yang selalu berada dalam keadaan sedang mengalami, yang memiliki kemampuan untuk menjadi sesuatu pada semua jenis perilaku.⁴

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa konseling *behavioral* adalah suatu teknik konseling yang berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalah dan merubah perilaku yang menyimpang agar lebih baik dalam berperilaku melalui teknik-teknik yang berorientasi tindakan.

2. Pandangan Tentang Manusia Menurut Konseling *Behavioral*

Rosjidan dalam Gantina menyatakan, pendekatan *behavioral* didasari oleh pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia yaitu pendekatan sistematis dan terstruktur dalam konseling. Pendekatan *behavioral* berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari, proses belajar tingkah laku melalui kematangan dan belajar, selanjutnya tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru.⁵

Menurut *behavioral therapy*, manusia adalah produk dan produsen (penghasil) dari lingkungannya. Pandangan ini tidak tergantung pada asumsi *deterministik* bahwa manusia adalah produk belaka dari pengkondisian *sosiokultural* mereka. Manusia dipandang memiliki potensi untuk berperilaku baik maupun buruk, tepat atau salah. Pendekatan *behavioral* berpandangan bahwa setiap perilaku dapat dipelajari. Manusia

⁴ Gunarsa D Singgih, *Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: Penerbit Libri, 2014), h. 203.

⁵ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Op.Cit.* h. 152.

mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, dan dapat mengatur serta mengontrol perilakunya dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi orang lain.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa manusia dipandang memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah. Manusia mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, dapat mengatasi dan mengontrol perilakunya dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi perilaku orang lain.

3. Karakteristik Konseling *Behavioral*

Pada dasarnya proses konseling merupakan penataan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu mengubah perilakunya agar dapat memecahkan masalahnya. Menurut Krumboltz dalam Gantina Komalasari, ciri-ciri utama konseling *behavioral* adalah sebagai berikut:

- a. proses pendidikan, konseling membantu konseli mempelajari tingkah laku baru untuk memecahkan masalahnya;
- b. teknik dirakit secara individual, teknik konseling pada setiap konseli berbeda-beda tergantung pada masalah dan karakteristik konseli; dan
- c. metodologi ilmiah, konseling *behavioral* di landasi oleh metode ilmiah dalam melakukan asesmen dan evaluasi konseling.⁶

George dan Christiani dalam Latipun mengemukakan bahwa konseling *behavioral* memiliki ciri-ciri sebagai berikut: (a) berfokus pada perilaku yang tampak dan spesifik; (b) memerlukan kecermatan dalam perumusan tujuan terapeutik; (c) mengembangkan prosedur perlakuan spesifik sesuai dengan masalah klien; (d)

⁶ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Op.Cit.* h. 153.

penaksiran objektif atas tujuan terapeutik.⁷

4. Tujuan Konseling *Behavioral*

Tujuan konseling *behavioral* berorientasi pada perubahan atau modifikasi perilaku konseli, yang di antaranya untuk:

- a. menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar;
- b. penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif;
- c. memberi pengalaman belajar yang adaptif namun belum di pelajari;
- d. membantu konseli membuang respons- respons yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat dan sesuai (*adjustive*);
- e. konseli belajar perilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang maladaptive memperkuat serta mempertahankan perilaku yang di inginkan; dan
- f. penetapan tujuan dan tingkah laku serta upaya pencapaian sasaran dilakukan bersama antara konseli dan konselor.⁸

Menurut Corey tujuan terapi tingkah laku untuk menghilangkan perilaku malasuai dan belajar berperilaku yang lebih efektif, yakni memusatkan pada faktor yang mempengaruhi perilaku dan memahami apa yang bisa dilakukan terhadap perilaku yang menjadi masalah.⁹

Huber dan Millman dalam Gantina menjelaskan tujuan konseling *behavioral* dirumuskan sesuai keinginan konseli, konselor harus bersedia membantu konseli untuk mencapai tujuan konseli, harus mempertimbangkan kemampuan konseli untuk mencapai tujuan.¹⁰

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dalam konseling *behavioral* adalah untuk memperoleh perilaku yang diharapkan,

⁷ Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UPT UMM, 2008), h. 137.

⁸ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Op.Cit.* h. 156.

⁹ Gunarsa, D Singgih, *Op.Cit.* h. 205.

¹⁰ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Loc.Cit.*

mengeliminasi perilaku yang maladaptif, memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan, dan belajar berperilaku yang lebih efektif.

5. Perilaku Bermasalah Menurut Konseling *Behavioral*

Menurut Gantina menjelaskan bahwa tingkah laku yang bermasalah dalam konseling *behavioral* adalah:

- a. Tingkah laku yang berlebihan (*excessive*), tingkah laku yang berlebihan misalnya, merokok, terlalu banyak main games, dan sering memberi komentar di kelas. Tingkah laku *excessive* dirawat dengan menggunakan teknik konseling untuk menghilangkan atau mengurangi tingkah laku.
- b. Tingkah laku yang kurang (*deficit*), adapun tingkah laku yang kurang yaitu, terlambat masuk sekolah, tidak mengerjakan tugas dan bolos sekolah. tingkah laku *deficit* diterapi dengan menggunakan teknik meningkatkan tingkah laku.¹¹

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa etika pergaulan beserta ciri-cirinya dapat dikategorikan ke dalam tingkah laku yang kurang (*deficit*). Oleh karena itu untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik, penulis memberikan layanan konseling *behavioral*.

6. Peran dan Fungsi Konselor *Behavioral*

Peran konselor dalam konseling *behavioral* berperan aktif, direktif, dan menggunakan pengetahuan ilmiah untuk menemukan solusi dari persoalan individu. Konselor *behavioral* biasanya berfungsi sebagai guru, pengarah, dan ahli yang mendiagnosa tingkah laku yang maladaptif dan menentukan prosedur yang mengatasi persoalan tingkah laku individu. Dalam proses konseling, konseli menentukan

¹¹ *Ibid*, h. 157.

tingkah laku apa (*what*) yang akan diubah, sedangkan konselor menentukan cara yang digunakan untuk mengubahnya (*how*).¹²

Peran konselor juga sebagai model bagi kliennya, Bandura mengatakan bahwa sebagian besar proses belajar terjadi melalui pengalaman langsung juga bias diperoleh melalui pengamatan terhadap tingkah laku orang lain. Ia berpendapat bahwa salah satu proses fundamental yang memungkinkan klien bias mempelajari tingkah laku baru adalah imitasi atau pencontohan oleh konselor.¹³

7. Tahap-Tahap Konseling *Behavioral*

Rosjidan dalam gantina menyatakan konseling *behavioral* memiliki empat tahap yaitu: melakukan asesmen (*asesmen*), menentukan tujuan (*goal-setting*), mengimplentasikan teknik (*technique- implementation*), dan evaluasi dan mengakhiri konseling (*evaluation termination*).

- a. *Assessment*, tujuan dari *asesment* adalah untuk memperkirakan apa yang diperbuat klien waktu itu. Konselor menolong klien untuk mengemukakan keadaannya yang benar- benar dialaminya waktu itu.
- b. *Goal Setting*, berdasarkan informasi yang dikumpulkan kemudian dianalisis. Konselor dan klien merumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling.
- c. *Technique Implementation*, yaitu menentukan strategi belajar yang akan dipakai dalam mencapai tingkah laku yang ingin diubah.
- d. *Evaluation-Termination*, evaluasi dapat digunakan untuk melihat apa yang telah diperbuat oleh klien. apakah konseling efektif dan apakah teknik yang digunakan dalam konseling cocok atau tidak. Jika konseling telah selesai maka masuk dalam tahap terminasi yaitu berhenti untuk melihat apakah klien bertindak tepat.¹⁴

¹² *Ibid.*

¹³ Gerald Corey, *Op.Cit.* h. 204.

¹⁴ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Loc.Cit.*

8. Kelebihan dan Kelemahan Konseling *Behavioral*

a. Kelebihan Konseling *Behavioral*

- 1) Ada hasil konkrit / nyata yang didapat (yaitu perubahan perilaku). Jika client centered therapy, humanistik, dll lebih bersifat abstrak dan menekankan pada insight yang diperoleh klien.
- 2) Pembuatan tujuan terapi antara terapis dan klien di awal sesi terapi dan hal itu dijadikan acuan keberhasilan proses terapi.
- 3) Memiliki berbagai macam teknik konseling yang teruji dan selalu diperbaharui.
- 4) Waktu konseling relatif singkat.
- 5) Kolaborasi yang baik antara konselor dan konseli dalam penetapan tujuan dan pemilihan teknik.

b. Kelemahan Konseling *Behavioral*

- 1) Konseling behavioral dapat mengubah perilaku, tetapi tidak mengubah perasaan.
- 2) Konseling behavioral mengabaikan faktor-faktor penting dalam hubungan terapi.
- 3) Konseling behavioral tidak menimbulkan insight.
- 4) Konseling behavioral lebih mementingkan memperlakukan simptom-simtomya daripada penyebab.
- 5) Konseling behavioral meliputi kontrol dan manipulasi oleh terapis.¹⁵

B. Teknik *Self-Management*

1. Pengertian Teknik *Self-Management*

Gantina menyebutkan bahwa *self-management* adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.¹⁶ Stewart dan Lewis mengemukakan tentang *self-management* kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya atau kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah bahkan meskipun upaya-upaya itu sulit, upaya dalam mengarahkan perilaku tersebut diperoleh pada saat proses konseling

¹⁵ Lubis Lumongga Namora, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011), h. 50.

¹⁶ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Op. Cit*, h. 180.

karena perubahan dalam perilaku individu harus diusahakan melalui suatu proses belajar.¹⁷

Cooper, Heron, dan Heward menjelaskan bahwa *self-management* adalah teknik pengendalian diri atau pengaturan diri yang dikategorikan dalam dua hal perilaku yaitu pertama perilaku sasaran yang ingin diubah individu dan kedua perilaku pengaturan diri yang digunakan untuk mengontrol perilaku sasaran.¹⁸

Soekadji mengemukakan *self-management* adalah prosedur dimana seseorang mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri. Pada prosedur ini biasanya subjek terlibat pada lima komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.¹⁹

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa *self-management* merupakan proses konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan keterampilan yang diperoleh dalam sesi konseling. Keterampilan individu tersebut untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur yang ada didirinya, berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan pribadinya agar menjadi lebih baik. Ketika individu dapat mengelola semua unsur yang terdapat didalam dirinya meliputi pikiran, perasaan, dan tingkah laku maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah memiliki *self-management*.

¹⁷ Mochammad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2014), h. 150.

¹⁸ Brett Furlonger et al, "Using a Single-Case Experimental Design to Evaluate a Cognitive-Behavioural Self-Management Counselling Intervention", *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 2017, h. 3.

¹⁹ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Op.Cit*, h. 150.

2. Tujuan *Self-Management*

Tujuan dari *self-management* yaitu untuk mengatur perilakunya sendiri yang bermasalah pada diri sendiri maupun orang lain. Dalam proses konseling, konselor dan konseli bersama-sama untuk menentukan tujuan yang ingin dicapai. Konselor mengarahkan konselinya dalam menentukan tujuan, sebaliknya konseli pun juga harus aktif dalam proses konseling. Setelah proses konseling *self-management* berakhir diharapkan peserta didik dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan, dapat menciptakan keterampilan yang baru sesuai harapan, dapat mempertahankan keterampilan sampai di luar sesi konseling, serta perubahan yang mantap dan menetap dengan arah prosedur yang tepat.²⁰

3. Aspek-aspek *Self-Management*

Self-management mempunyai beberapa aspek yaitu : 1) Konseli dilatih pengarahan diri dalam interview; 2) konseli mengarahkan diri sendiri melalui tugas perkembangan; 3) konseli mengamati sendiri dan mencatat sendiri tingkah laku yang diinginkan/pekerjaan rumah; 4) menghadiahi diri sendiri setelah keberhasilan langkah-langkah tindakannya dan tugas rumah.²¹

4. Manfaat Teknik *Self-Management*

Dalam penerapan teknik *self-management* tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan peserta didik. Guru BK berperan sebagai pencetus

²⁰ Annisa, “Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018”, h. 25.

²¹ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Op.Cit.* h. 149.

gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi peserta didik. Dalam pelaksanaan teknik *self-management* biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab (antecedent) dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa :

- a) Mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan. Misalnya orang yang suka “ngemil” mengatur lingkungan agar tidak tersedia makanan yang memancing keinginan untuk “ngemil”
- b) Mengubah lingkungan Social sehingga lingkungan social ikut mengontrol tingkah laku peserta didik
- c) Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja.²²

5. Tahap-Tahapan Teknik *Self-Management*

Gunarsa menyatakan bahwa tahapan *self-management* meliputi pemantauan diri (*self monitoring*), reinforcement yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*) dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).²³

- a. Pemantauan Diri (*self monitoring*)
Merupakan suatu proses peserta didik mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam pemantauan diri ini biasanya peserta didik mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah (*antecedent*) dan menghasilkan konsekuensi.
- b. *Reinforcement* yang positif (*self reward*)
Digunakan untuk membantu peserta didik mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Ganjaran diri ini digunakan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. Asumsi dasar teknik ini adalah bahwa dalam pelaksanaannya, ganjaran diri

²² *Ibid*, h. 181.

²³ Gunarsa, D Singgih, *Op.Cit.* h. 225.

paralel dengan ganjaran yang di administrasikan dari luar. Dengan kata lain, ganjaran yang dihadirkan sendiri sama dengan ganjaran yang diadministrasikan dari luar, didefinisikan oleh fungsi yang mendesak perilaku sasaran.

- c. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*) ada beberapa langkah dalam *self contracting* ini yaitu : 1) peserta didik membuat perencanaan untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan yang diinginkannya; 2) peserta didik meyakini semua yang ingin diubahnya; 3) peserta didik bekerjasama dengan teman/keluarga program *self-management* yang dilakukannya; 4) peserta didik akan menanggung resiko dengan program *self-management* yang dilakukannya; 5) pada dasarnya semua yang peserta didik harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku dan perasaan adalah untuk peserta didik itu sendiri; 6) peserta didik menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses self management.
- d. Penguasaan terhadap rangsangan (*self control*) Teknik ini menekankan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau *antecedent* atau respon tertentu.

Menurut Cormier dalam Mochamad Nursalim, terdapat empat strategi *self-management*, yaitu: (a) *self-monitoring*; (b) *self-contracting*; (c) *stimulus-control*; (d) *self-reward*. Strategi tersebut masing-masing akan dijelaskan dibawah ini yaitu:

a. *Self-Monitoring*

Menurut Cormier dalam Mochamad Nursalim monitor diri (*self-monitoring*) adalah proses yang mana peserta didik mengobservasi dan mencatat sesuatu tentang dirinya sendiri dan interaksinya dengan situasi lingkungan. Monitor diri digunakan sementara untuk menilai masalah, sebab data pengamatan dapat menjelaskan kebenaran atau perubahan laporan verbal peserta didik tentang tingkah laku bermasalah.²⁴

b. *Self-contracting*

Self-contracting adalah Kontrak atau perjanjian konseli dengan diri sendiri membuat perencanaan untuk merubah tingkah laku.

c. *Stimulus-control*

Stimulus-control adalah penyusunan/perencanaan kondisi-kondisi lingkungan yang telah ditentukan sebelumnya, yang membuat terlaksananya/dilakukannya tingkah laku tertentu. Kondisi lingkungan berfungsi sebagai tanda/ anteseden dari suatu respon tertentu. Dengan kata lain anteseden merupakan suatu stimulus untuk suatu respon tertentu.²⁵

²⁴ Mochamad Nursalim, *Op.Cit*, h. 153.

²⁵ *Ibid*, h. 156.

d. *Self-Reward*

Self reward digunakan untuk memperkuat atau untuk meningkatkan respon yang diharapkan atau yang menjadi tujuan. *Self reward* berfungsi untuk mempercepat target tingkah laku. Menurut Soekadji dalam Mochamad Nursalim berpendapat bahwa agar penerapan *self reward* yang efektif, perlu dipertimbangkan syarat-syarat seperti: (1) menyajikan pengukuh seketika; (2) memilih pengukuh yang tepat; (3) memilih kualitas pengukuh; (4) mengatur kondisi situasional; (5) menentukan kuantitas pengukuh; dan (6) mengatur jadwal pengukuh.²⁶

Menurut Miltenberger *self-management* biasanya diimplementasikan dalam urutan langkah yaitu: (1) buat komitmen untuk mengubah perilaku tertentu; (2) mendefinisikan perilaku sasaran; (3) menetapkan tujuan untuk hasil dari program manajemen diri; (4) menerapkan rencana pemantauan diri; (5) mempertimbangkan anteseden dan konsekuensi dari perilaku target; (6) pilih dan menerapkan strategi manajemen diri; (7) mengevaluasi perubahan dalam perilaku target; (8) evaluasi ulang strategi manajemen diri jika perilaku target tidak berubah di arah yang diinginkan; dan (9) menerapkan strategi pemeliharaan.²⁷

6. Kelebihan dan Kelemahan Teknik *Self-management*

a. Kelebihan Teknik *Self-Management*

- 1) Pelaksanaannya yang cukup sederhana
- 2) Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain
- 3) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya
- 4) Disamping dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok.

b. Kekurangan Teknik *Self-Management*

- 1) Tidak ada motivasi dan komitmen yang tinggi pada individu
- 2) Target perilaku seringkali bersifat pribadi dan persepsinya sangat

²⁶ *Ibid*, h. 157.

²⁷ Brett Furlonger et al, *Op.Cit.* h. 3.

subyektif terkadang sulit dideskripsikan, sehingga konselor sulit untuk menentukan cara memonitor dan mengevaluasi

- 3) Lingkungan sekitar dan keadaan diri individu dimasa mendatang sering tidak dapat diatur dan diprediksikan dan bersifat kompleks
- 4) Individu bersifat independen
- 5) Konselor memaksakan program pada konseli
- 6) Tidak ada dukungan dari lingkungan.

C. Etika Pergaulan

1. Pengertian Etika Pergaulan

Etika dari segi etimologi berasal dari bahasa Yunani, yakni *ethos*. Dalam bentuk tunggal mempunyai banyak arti yaitu kebiasaan, adat, akhlak, watak, perasaan, sikap, dan cara berfikir. Dalam bentuk jamak (ta etha) berarti watak kesusilaan atau adat kebiasaan.²⁸

Menurut Rosady Ruslan, etika merupakan studi tentang “benar atau salah” dalam tingkah laku atau perilaku manusia.²⁹ Menurut Burhanuddin Salam, etika bisa diartikan sebagai ilmu yang membicarakan masalah perbuatan atau tingkah laku manusia, mana yang dapat dinilai baik dan mana yang jahat.³⁰ Merriam Webster mengatakan etika adalah seperangkat prinsip, nilai moral, disiplin mengenai apa yang baik atau buruk, dengan tujuannya untuk memeriksa bagaimana kita sampai pada kesimpulan tentang perilaku benar atau salah.³¹

²⁸ Rosady Ruslan, “Etika Kehumasan Konsepsi & Aplikasi” (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011), h. 31.

²⁹ *Ibid*, h. 32.

³⁰ Reni Selviana Sari, “Pengaruh Layanan Bimbingan Sosial Terhadap Etika Pergaulan Peserta Didik Kelas VIII Mts Asy-Syafi’iyyah Jatibarang Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2013/2014”, *Jurnal Cakrawala*, (2014), h. 14.

³¹ Mario Starc and Mario Starc, “Ethics and the Ethical Attitude”, *Jung Journal* Vol 11, No. 1 (2017).

Buchori menjelaskan etika pergaulan adalah cara bertingkah laku yang khas, keadaan di mana seseorang melakukan interaksi dengan sesama berdasarkan pada norma-norma yang berlaku,³² sedangkan Sri Muhyati etika pergaulan adalah norma sopan santun atau pedoman tingkah laku mengenai baik-buruk dalam pergaulan. Etika pergaulan memberi manusia orientasi bagaimana ia mengambil sikap dan bertindak secara tepat dalam menjalani hidup ini.³³

Reni Selviana Sari mengemukakan etika pergaulan adalah suatu hubungan tingkah laku individu yang di dalamnya terdapat suatu norma dan nilai-nilai yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari, serta merupakan tolak ukur tingkah laku individu yang di gunakan masyarakat untuk menentukan baik buruknya suatu tindakan manusia dalam kehidupannya sehari-hari.³⁴ Etika dalam islam disebut juga akhlak, akhlak terdiri dari akhlak tercela (akhlak mazmumah) dan akhlak mulia (akhlak karimah). Menurut Musfir akhlak adalah sebaik-baik yang mampu menghindarkan pemiliknya dari bahaya dan segala kemungkinan yang mampu membahayakannya.³⁵

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa etika pergaulan adalah norma sopan santun atau pedoman tingkah laku baik-buruk dalam pergaulan. Etika pergaulan memberi manusia orientasi bagaimana ia menjalani

³² Fery Ratna Sari, "Upaya Peningkatan Etika Pergaulan Melalui Bimbingan Kelompok Pada Siswa", *Jurnal Ilmiah Pendidikan Bimbingan Dan Konseling* Vol 1, No. 3 (2014), h. 68.

³³ Sri Muhyati, "Meningkatkan Ketrampilan Etika Pergaulan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII F SMP Negeri 3 Demak Tahun Ajaran 2011/2012", *Jurnal BK UNNES*, 2013.

³⁴ Reni Selviana Sari, *Op.Cit.* h. 15.

³⁵ Neng Gustini, "Bimbingan dan Konseling Melalui Pengembangan Akhlak Berbasis Pemikiran Al-Ghazali", *Tadris Jurnal Keguruan dan Ilmu Tarbiyah* Vol 1, No 1 (2016).h. 2.

hidupnya melalui rangkaian tindakan sehari-hari. Etika pergaulan pada akhirnya membantu kita untuk mengambil keputusan tentang tindakan apa yang perlu kita lakukan yang sesuai dengan situasi dan keadaan serta tidak melanggar norma-norma yang berlaku baik norma agama, adat, hukum dan lain-lain.

2. Ciri-ciri Etika Pergaulan

Reni Selviana Sari mengemukakan ciri-ciri etika pergaulan yaitu (a) bersikap dan bertutur kata sopan santun, (b) memiliki tanggung jawab, (c) memiliki kejujuran, (d) memiliki toleransi, dan (e) memiliki kedisiplinan.³⁶ Sedangkan Sri Muhayati berpendapat ciri-ciri etika pergaulan adalah (a) keterampilan berkomunikasi verbal, (b) keterampilan berkomunikasi non verbal, (c) sopan santun, (d) empati, dan (e) mengembangkan kesadaran diri.³⁷

Menurut Fiqih Kartika Murti Individu yang memiliki etika pergaulan baik memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Memiliki rasa percaya diri ketika menghadapi siapapun.
2. Tingkah laku dan ucapannya selalu mencerminkan perhatian kepada orang lain.
3. Bersikap sopan, ramah, dan selalu menunjukkan sikap yang mencerminkan perhatian kepada oranglain.
4. Bisa menguasai diri sendiri dan selalu berusaha tidak menyinggung, mengganggu, menyakiti perasaan, dan pikiran orang lain.
5. Selalu berusaha untuk tidak mengecewakan, membuat gusar apalagi membuat orang marah, walaupun diri sendiri dalam keadaan sedih, kesal, lelah, ataupun jenuh.

Individu yang memiliki etika pergaulan rendah menurut Sari dalam Fiqih Kartika Murti adalah sebagai berikut:

³⁶ *Ibid*, h. 16.

³⁷ Sri Muhayati, *Op.Cit.* h. 14.

1. Perilaku yang ditunjukkan selalu menyakiti orang lain
2. Tutur kata yang diucapkan kurang menghargai dan menghormati orang lain, serta selalu menyinggung perasaan orang lain
3. Mudah marah dan tidak bisa mengendalikan emosi
4. Sikapnya tidak mencerminkan sopan santun dan ramah kepada orang lain.³⁸

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut penulis menyimpulkan indikator etika pergaulan yang akan digunakan penulis sebagai indikator dalam penelitian ini yaitu (a) Bersikap dan bertutur kata sopan santun; (b) Memiliki kejujuran ; (c) Sikap saling toleransi; (d) Berempati; dan (e) Bertanggung jawab,.

3. Tujuan Etika Pergaulan

Tujuan etika pergaulan yaitu menemukan, menentukan, membatasi, dan membenarkan kewajiban, hak, cita-cita moral dari individu dan masyarakatnya dari setiap aktivitas manusia dalam hidup dan kehidupannya yaitu untuk mewujudkan kebahagiaan.³⁹

Menurut Strike dan Soltis, etika pergaulan bertujuan untuk membatasi suatu pergaulan yang baik dan yang buruk. Sedangkan menurut Lukas dan Rumsari tujuan etika pergaulan adalah supaya dalam berkomunikasi dan hubungan dengan orang atau individu lain dapat menjalin hubungan dengan baik. Dalam proses hubungan baik muncul berbagai aturan dan ketentuan yang merupakan rambu-rambu norma-norma sebagai pedoman untuk bersikap, berperilaku dan bertindak bagi setiap individu.⁴⁰

³⁸ fiqih Kartika Murti, "Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Pemahaman Etika Pergaulan Siswa", *Jurnal BK UNESA*, Vol 8, No 1 (2018), h. 3.

³⁹ Istighfarotur Rahmaniyah, *Pendidikan Etika* (Malang: Aditya Media, 2009), h. 62.

⁴⁰ Reni Selviana Sari, *Loc.Cit.*

Dari berbagai pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa tujuan etika pergaulan adalah agar peserta didik dapat mengendalikan diri dalam etika pergaulan yang baik dan benar agar tidak melanggar suatu norma-norma yang ada dimasyarakat.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Etika Pergaulan

Burhanuddin Salam merumuskan faktor-faktor yang mempengaruhi etika pergaulan sebagai berikut:

- a. Pengaruh kebiasaan. Suatu kebiasaan yang sudah mempola, dibentuk oleh lingkungan hidup, oleh kebutuhan/needs ataupun oleh kehendak meniru, kepatuhan mengikut, biasanya sukar diubah karena kebiasaan inipun sudah menghilangkan pengaruh dari kewibawaan diri sendiri.
- b. Pengaruh Pendidikan. Pendidikan itu membawa dan membina mental seseorang itu semakin baik, dalam arti menjadikan seseorang itu semakin baik, dalam arti menjadikan seseorang itu lebih cerdas, lebih bermoral, tegasnya lebih maju dari pada sebelumnya menerima pendidikan.
- c. Pengaruh Agama. Bagi orang yang sama sekali tidak pernah mendapatkan didikan dan ajaran agama (ataupun tidak pernah mempelajari agama itu sendiri), maka langkah-langkah dan kebiasaan hidupnya dengan sendirinya tidak dilandasi oleh ajaran-ajaran agama itu.
- d. Pengaruh Kesadaran Jiwa. Kesadaran jiwa itu timbulnya adalah sebagai akibat atau hasil dari pengalaman, pertimbangan akal atau pikir, dan dikuatkan oleh kemauan.⁴¹

Sedangkan menurut Soeparwoto menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi etika pergaulan pada remaja adalah:

- a. Penyebab dari dalam remaja sendiri (internal)
 - 1) Kurangnya penyaluran emosi, hal ini di sebabkan oleh perubahan fisik remaja juga menyebabkan perubahan psikologis, dimana kondisi emosi yang tampak lebih tinggi dibandingkan dengan keadaan normal.
 - 2) Kelemahan dalam pengendalian dorongan-dorongan dan kecenderungannya, apabila hal yang kurang baik itu tidak bisa dikendalikan maka akan terjadi suatu perbuatan yang kurang baik juga.

⁴¹ *Ibid*, h. 17.

- 3) Kegagalan prestasi sekolah atau pergaulan, hal tersebut dapat mengakibatkan perasaan kurang harga diri, maka individu akan melampiaskannya ke dalam perbuatan yang kurang baik.
- 4) Kekurangan dalam pembentukan hati nurani, orang tersebut berkata tidak jujur, berbicara dengan orang lain yang tidak sesuai dengan keyakinannya. Jadi hal yang di bicarakan dan apa yang ada di dalam hatinya itu berbeda.

b. Penyebab dari luar remaja (eksternal)

- 1) Lingkungan keluarga, merupakan tempat terbentuknya kepribadian seorang individu.
- 2) Lingkungan masyarakat, adanya suatu perubahan teknologi. Dimana remaja kurang dapat mengendalikan diri dan mentalnya belum kuat dalam menghadapi perubahan-perubahan baru yang ada di sekitar lingkungannya.
- 3) Adanya perbedaan faktor ekonomi. Perbedaan ekonomi dalam pergaulan sangat mempengaruhi etika pergaulan individu.⁴²

Dari berbagai pendapat tersebut dapat di simpulkan bahwa etika pergaulan di pengaruhi oleh banyak faktor, yaitu pengaruh pendidikan, agama, serta faktor dari diri sendiri (internal), dan faktor dari luar diri (eksternal) yang meliputi lingkungan keluarga dan masyarakat dan menyebabkan individu melakukan pelanggaran etika.

D. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok (*group counseling*) merupakan salah satu bentuk konseling yang memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*), dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*).⁴³

Layanan konseling kelompok yaitu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Dengan menggunakan konseling kelompok dan memanfaatkan dinamika

⁴² *Ibid*, h. 18.

⁴³ Rasimin and Muhammad Hamdi, *Bimbingan Dan Konseling Kelompok* (Jakarta: Bumi Aksara, 2018), h. 4.

kelompok, maka proses konseling kelompok dilaksanakan akan berjalan dengan terbuka guna membahas dan memecahkan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.⁴⁴

Menurut Latipun konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik dan pengalaman belajar,⁴⁵ sedangkan Dewa Ketut Sukardi konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di dalam kelompok itu. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir).⁴⁶

Elizabeth Schardt dan Brian Truckle menjelaskan konseling kelompok adalah suatu proses antarpribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran, perilaku yang sadar, berorientasi pada kenyataan, saling mempercayai, saling pengertian, saling menerima, saling mendukung dan menciptakan suasana yang aman.⁴⁷

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan suatu pemberian bantuan dengan memanfaatkan dinamika kelompok oleh konselor kepada beberapa peserta didik yang tergabung dalam suatu kelompok untuk memecahkan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.

⁴⁴ Rifda El Fiah and Ice Anggralisa, "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat T.P 2015/2016", *Jurnal Konseli BK Tarbiyah UIN RIL*, Vol 2, No. 1 (2015), h. 2.

⁴⁵ Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UPT UMM, 2008), h. 149.

⁴⁶ Dewa Ketut Sukardi and Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 79.

⁴⁷ Elizabeth Schardt and Brian Truckle, "A Counselling Group for Adolescents", *British Journal of Guidance & Counselling* Vol 5, No. 2 (2008), h. 190.

2. Perbedaan Konseling Kelompok Dan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok dan konseling kelompok memiliki perbedaan, yaitu sebagai berikut:

1. Konseling kelompok merupakan suatu proses pencegahan dan penyelesaian masalah, sementara bimbingan kelompok lebih bersifat pemberian bantuan dan program-program pencegahan.
2. Peserta dalam bimbingan kelompok lebih banyak dibandingkan dengan peserta dalam konseling kelompok.
3. Dalam konseling kelompok, ketua merupakan orang yang ahli, sedangkan dalam bimbingan kelompok tidak.
4. Interaksi dalam konseling kelompok sangat penting dan melibatkan seluruh anggota kelompok, sedangkan dalam bimbingan kelompok interaksi tidak begitu penting.
5. Dalam konseling kelompok, sangat penting dilaksanakan di tempat yang tertutup, hening, tenang dan nyaman, agar kegiatan konseling kelompok dapat berjalan dengan baik, sedangkan dalam bimbingan kelompok dapat dilaksanakan terbuka.
6. Setiap anggota konseling kelompok berpeluang memainkan peran sebagai orang yang memberi dan menerima pertolongan, hal ini tidak berlaku dalam bimbingan kelompok.
7. Permasalahan dalam konseling kelompok ditentukan bersama, tetapi dalam bimbingan kelompok telah ditetapkan oleh ketua.
8. Pertemuan dalam konseling kelompok lebih banyak, sedangkan dalam bimbingan kelompok mungkin hanya satu atau dua kali saja.⁴⁸

3. Fungsi Konseling Kelompok

Konseling kelompok mempunyai beberapa fungsi sebagai berikut:

- a. Pemahaman, fungsi konseling yang akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu sesuai dengan kepentingan pengembangan peserta didik.
- b. Pencegahan, fungsi konseling yang akan menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya peserta didik dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul, yang akan mengganggu dan menghambat dalam proses perkembangannya.
- c. Pengentasan, fungsi konseling yang akan menghasilkan terentaskannya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami peserta didik.

⁴⁸ Amla Salleh dkk, *Bimbingan dan Kaunseling Sekolah*, (Malaysia : Persatuan Penerbit Buku Malaysia, 2006), h. 126.

- d. Pemeliharaan dan Pengembangan, fungsi konseling yang akan menghasilkan terpelihara dan berkembangannya berbagai potensi dan kondisi positif peserta didik dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan.⁴⁹

4. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok pada dasarnya dibedakan menjadi dua, yaitu tujuan teoritis dan tujuan operasional. Tujuan teoritis berkaitan dengan tujuan yang secara umum dicapai melalui proses konseling, sedangkan tujuan operasional disesuaikan dengan harapan anggota dan masalah yang dihadapi anggota.⁵⁰ Sementara itu, Winkel dalam Rasimin menyatakan tujuan konseling kelompok sebagai berikut:

- a. Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik
- b. Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain
- c. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan pengatur dirinya dan mengarahkan hidupnya
- d. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan mampu menghayati perasaan orang lain
- e. Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif
- f. Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima resiko
- g. Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati makna dan kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama
- h. Masing-masing anggota kelompok menyadari dan dia tidak merasa terisolir atau seolah-olah hanya dialah yang mengalami ini dan itu.
- i. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian.⁵¹

5. Asas-Asas Konseling Kelompok

Asas-asas dalam konseling kelompok yaitu:

- a. Kerahasiaan, karena membahas masalah pribadi anggota (masalah yang dirasakan tidak menyenangkan, mengganggu perasaan, kemauan dan aktifitas

⁴⁹ Dewa Ketut Sukardi and Nila Kusmawati. *Op. Cit*, h. 8.

⁵⁰ Rasimin and Muhammad Hamdi. *Op. Cit*, h. 8-9.

⁵¹ *Ibid*, h. 9-10.

kesehariannya).

- b. Kesukarelaan, yaitu asas yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan peserta didik (konseli) mengikuti atau menjalani layanan atau kegiatan diperuntukan baginya. Guru pembimbing atau konselor diwajibkan membina atau mengembangkan kesukarelaan.
- c. Keterbukaan, yaitu asas yang menghendaki agar peserta didik atau klien yang menjadi sasaran layanan atau kegiatan yang bersikap terbuka dan tidak berpura-pura, baik dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri, maupun dalam menerima berbagai informasi dan materi dari luar yang berguna bagi pengembangan dirinya. Guru pembimbing atau konselor berkewajiban mengembangkan keterbukaan peserta didik.
- d. Kegiatan, yaitu asas yang menghendaki agar peserta didik (klien) yang menjadi sasaran layanan dapat berpartisipasi aktif di dalam penyelenggaraan konseling kelompok. Guru pembimbing atau konselor perlu mendorong dan memotivasi peserta didik untuk dapat aktif dalam setiap layanan atau kegiatan.⁵²

6. Ketua Kelompok

Orang yang paling penting dalam kelompok adalah ketua. Sekiranya sebuah kelompok tidak memiliki ketua, maka perbincangan dalam suatu kelompok itu hanya menjadi perbincangan umum. Ketua berperan penting dalam kegiatan konseling kelompok, ketua bertugas mendorong para anggota untuk berperan aktif dalam sesi konseling kelompok. Secara ringkas untuk menjadi ketua yang berkesan, seseorang haruslah mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Memiliki kemahiran berkomunikasi yang baik.
- 2) Bersikap terbuka.
- 3) Ikhlas.
- 4) Ramah.
- 5) Tidak mudah menilai.
- 6) Tenang.
- 7) Tidak mudah menolak pendapat orang lain.
- 8) Mudah menerima pendapat.
- 9) Mengutamakan sikap penerimaan.

⁵² Prayitno and Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 115.

10) Sanggup menerima teguran dari anggota.⁵³

7. Pembentukan Konseling Kelompok

Pembentukan kelompok dalam kegiatan bimbingan dan konseling dapat digunakan berbagai pendekatan. Kelompok untuk layanan konseling kelompok dapat dibentuk melalui pengumpulan sejumlah individu (peserta didik dan individu lainnya) yang berasal dari :

- 1) Satu kelas peserta didik yang dibagi dalam beberapa kelompok
- 2) Kelas-kelas peserta didik yang berbeda dihimpun dalam satu kelompok
- 3) Lokasi dan kondisi yang berbeda dikumpulkan menjadi satu kelompok.

Pengelompokan individu itu dengan memperhatikan aspek-aspek relative homogenitas dan heterogenitas sesuai dengan tujuan layanan. Data hasil instrumentasi himpunan data dan sumber-sumber lainnya dapat menjadi pertimbangan dalam pembentukan kelompok. Penempatan seseorang dalam kelompok tertentu dapat merupakan penugasan, penetapan secara acak, ataupun pilihan bebas individu yang bersangkutan. Dalam hal ini, seseorang atau lebih dapat ditempatkan dalam kelompok tertentu untuk secara khusus memperoleh layanan konseling kelompok.⁵⁴

8. Tahap-Tahapan Konseling Kelompok

Sebagaimana layanan bimbingan kelompok, layanan kelompok juga menempuh tahap-tahap sebagai berikut:

1. Tahap Pembukaan, Merupakan tahap pengenalan dan tahap perlibatan awal dalam kelompok. tahap ini sangat perlu sebagai dasar pembentukan dinamika kelompok. Dalam tahapan ini pemimpin kelompok harus menjelaskan pengertian layanan konseling kelompok, tujuan, tata cara, dan asas-asas

⁵³ Amla Salleh dkk, *Op. Cit*, h. 103.

⁵⁴ *Ibid*, h.18.

konseling kelompok. Selain itu pengenalan antar sesama anggota kelompok maupun pengenalan anggota kelompok dengan pemimpin kelompok juga dilakukan pada tahap ini.

2. Tahap peralihan, Pada tahap ini pemimpin kelompok perlu kembali mengalihkan perhatian anggota kelompok tentang kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya, menjelaskan jenis kelompok kelompok bebas atau tugas menawarkan dan mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.
3. Tahap kegiatan, Tahap kegiatan merupakan tahap inti kegiatan layanan konseling kelompok, dalam tahap ketiga ini hubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik, saling tukar pengalaman dalam bidang suasana perasaan yang terjadi, pengaturan, penyajian dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas.
4. Tahap pengakhiran, Pada tahap ini pemimpin kelompok atau konselor mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, meminta kepada para anggota kelompok untuk mengemukakan perasaan tentang kegiatan yang telah dijalani, serta membahas kegiatan lanjutan. Dalam tahapan ini pemimpin kelompok tetap mengusahakan suasana hangat, bebas dan terbuka, memberikan pernyataan dan mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan anggota, memberikan semangat untuk kegiatan lebih lanjut dan penuh rasa persahabatan.⁵⁵

E. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Dalam penelitian ini, penulis mengacu pada penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilaksanakan saat ini. Berikut ini beberapa hasil penelitian yang relevan yang dijadikan bahan telaah bagi penulis.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Friday Okti Venanda Mega Pratami dengan judul Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Metode Sosiodrama Terhadap Peningkatan Etika Pergaulan Peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 2 Papar Tahun Ajaran 2015/2016. Berdasarkan tabel persiapan, diperoleh nilai rata-rata *pretest* =100,57 dan rata-rata *posttest* =117,10. Hasil perhitungan analisis rumus *t-test* diperoleh $t_{hitung} > t_{tabel}$ (6,477>2,045). Sehingga dapat disimpulkan bahwa

⁵⁵ Rasimin and Muhammad Hamdi, *Op. Cit*, h. 171.

layanan bimbingan kelompok metode sosiodrama berpengaruh terhadap peningkatan etika pergaulan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Papar Tahun Pelajaran 2015/2016.⁵⁶ Karakteristik pada penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu yaitu teknik yang digunakan, peneliti saat ini menggunakan teknik *self-managament*, sedangkan penulis terdahulu dengan teknik sosiodrama.

2. Penelitian lainnya oleh Sri Muhyati dengan judul Meningkatkan Ketrampilan Etika Pergaulan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Peserta didik Kelas VIII F SMP Negeri 3 Demak Tahun Ajaran 2011/2012. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketrampilan etika pergaulan peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria rendah dengan presentase rata-rata sebesar 46.29% dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kriteria sangat tinggi dengan presentase 87.23%, sehingga terjadi peningkatan sebesar 40.94%.⁵⁷ Perbedaan pada penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu terdapat pada teknik yang digunakan, peneliti saat ini menggunakan teknik *self-managament*, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Sri Muhyati dengan layanan bimbingan kelompok.

3. Penelitian terdahulu oleh Reni Selviana Sari dengan judul Pengaruh Layanan Bimbingan Sosial Terhadap Etika Pergaulan Peserta Didik Kelas VIII MTS Asy-Syafi'iyah Jatibarang Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2013/2014. Pada

⁵⁶ Friday Okti and Venanda Mega, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Sosiodrama Terhadap Peningkatan Etika Pergaulan Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Papar Tahun Ajaran 2015/2016", *Jurnal BK UNPKedriri*, 2017.

⁵⁷ Sri Muhyati, *Op.Cit.*

penelitian tersebut terdapat 26 peserta didik yang diteliti memiliki etika pergaulan rendah dengan indikator yaitu bersikap dan bertutur kata sopan santun, memiliki tanggung jawab, memiliki kejujuran, memiliki toleransi, dan memiliki kedisiplinan. Setelah diberikan layanan bimbingan sosial terdapat peningkatan etika pergaulan peserta didik.⁵⁸ Perbedaan pada penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu oleh Reni Selviana Sari menggunakan bimbingan sosial untuk meningkatkan etika pergaulan, sedangkan penelitian saat ini menggunakan teknik *self-managament*.

4. Penelitian terdahulu lainnya oleh Heni Febriani yang berjudul Efektivitas Konseling *Behavior* dengan Teknik *Self-Management* Dalam mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 13 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017. Menunjukkan perubahan skor pada angket perilaku membolos peserta didik dari rata-rata hasil *pre-test* sebesar 43.5 dan *post-test* menjadi 28.83, dengan demikian penulis menyimpulkan bahwa teknik *self-management* mampu mengurangi perilaku membolos.⁵⁹ Karakteristik pada penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu yaitu Variabel Y, paneliti saat ini teknik *self-managament* untuk meningkatkan etika pergaulan pesera didik, sedangkan penulis yang terdahulu teknik *self-managament* dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik.

5. Penelitian lainnya dilakukan Annisa dengan judul Layanan Konseling *Behavioral*

⁵⁸ Reni Selviana Sari, *Op.Cit.*

⁵⁹ Heni Febriani, "Efektivitas Konseling Behavior Dengan Teknik *Self-Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 13 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017", h. ii.

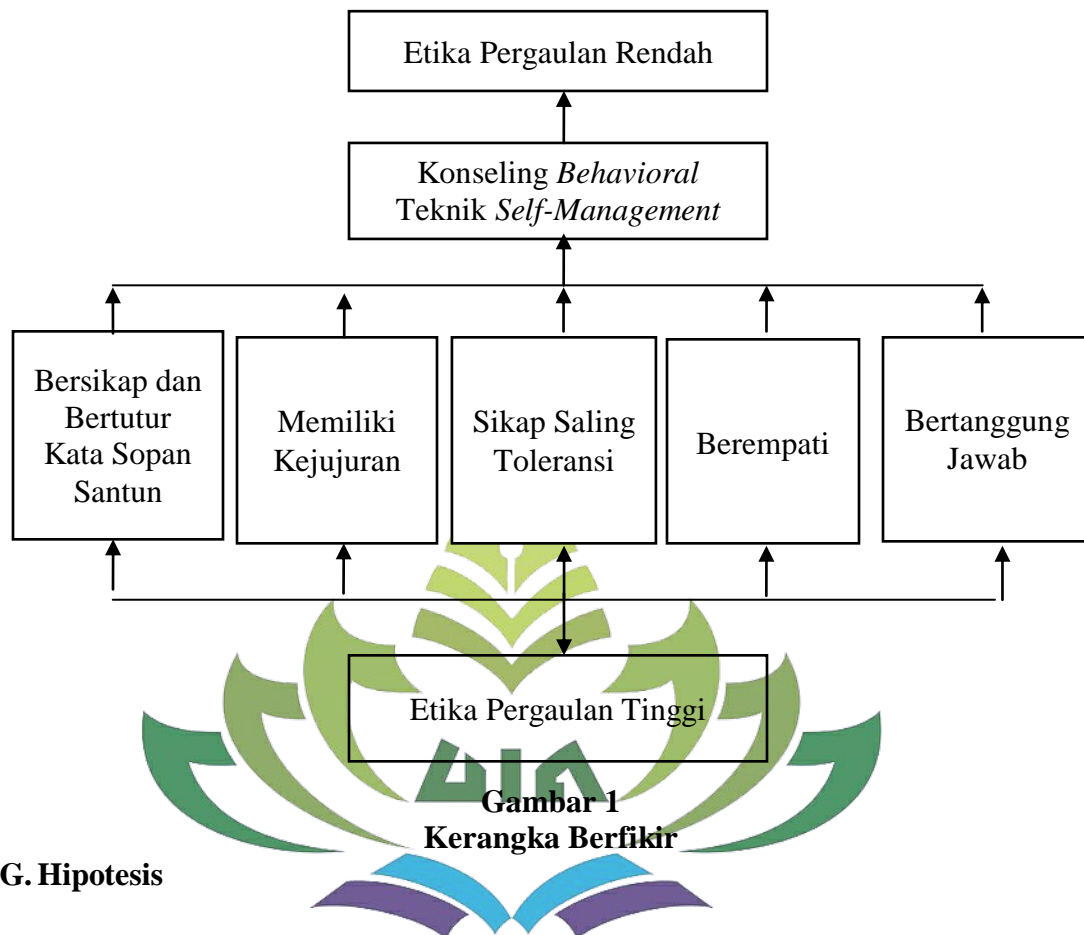
dengan Teknik *Self-management* Dapat Meningkatkan Kecerdasan Emosional Pada Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ ($14,068 \geq 1,796$) atau nilai $sign.(2-tailed)$ lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0,000 \leq 0,005$), bahwa ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan konseling *Behavioral* dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan kecerdasan emosional pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.⁶⁰ Perbedaan pada penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu oleh Annisa untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik, sedangkan penelitian saat ini untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik.

F. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang telah disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan.⁶¹ Kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah bahwa konseling *Behavioral* dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan etika pergaulan pada peserta didik, karena penggunaan teknik *self-management* dapat membantu peserta didik untuk lebih pandai memanagemen dirinya sendiri. Berikut akan digambarkan alur kerangka pikir dalam penelitian ini:

⁶⁰ Annisa, *Op.Cit.*

⁶¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Jakarta: Alfabeta, 2014), h.



G. Hipotesis

Hipotesis merupakan sebuah jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya masih lemah sehingga dibutuhkan pengujian secara empiris untuk mengetahuinya.⁶² Hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_0). Yang dimaksud (H_a) adalah menyatakan adanya pengaruh antara variabel X dan Y, sementara yang dimaksud (H_0) adalah hipotesis yang menyatakan tidak tidak adanya pengaruh variabel X terhadap variabel Y.⁶³

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

⁶² Muhammad Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002), h. 50.

⁶³ Sugiyono, *Op. Cit.*, h. 103.

H_a :Konseling *Behavioral* dengan teknik *Self-management* dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung

H_o :Konseling *Behavioral* dengan teknik *Self-management* tidak dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

Untuk menguji hipotesis ini penulis menggunakan uji Wilcoxon dengan kriteria sebagai berikut:

1. Dengan membandingkan angka Z hitung dan Z tabel

Jika $Z_{hitung} > Z_{tabel}$, maka H_o di tolak dan H_a diterima

Jika $Z_{hitung} < Z_{tabel}$, maka H_o di terima H_a ditolak.

Berikut ini adalah rumusan hipotesis statistik :

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$$

Keterangan:

U_1 : Etika pergaulan peserta didik sebelum pemberian teknik *self-management*

U_2 : Etika pergaulan peserta didik sesudah pemberian teknik *self-management*

2. Dengan melihat angka probabilitas, dengan ketentuan

jika nilai probabilitas $> 0,05$ maka H_o diterima sedangkan H_a ditolak

jika nilai probabilitas $< 0,05$ maka H_o ditolak sedangkan H_a diterima.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang penulis gunakan adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan bagian dari penelitian kuantitatif, karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.¹ Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali.² Alasan penulis menggunakan jenis penelitian ini, karena penulis akan mencari pengaruh setelah sampel mendapatkan perlakuan.

B. Desain Penelitian

Desain eksperimen pada penelitian adalah *Quasi Exsperimental*. Karena penulis akan melakukan penelitian dengan dua kelompok yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol, supaya penulis dapat membandingkan antara keberhasilan pemberian layanan yang dilakukan peneliti dengan dua kelompok tersebut.³

Bentuk desain dalam penelitian ini adalah *Non-equivalent Control Group Design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *pre-test* dan *post-test*.

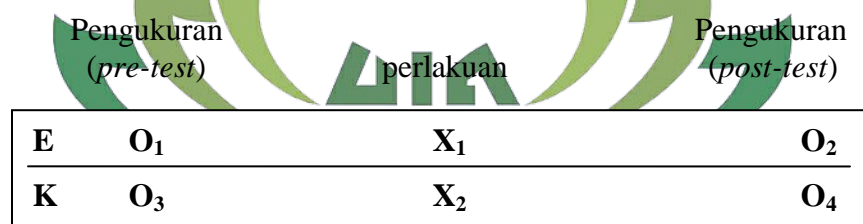
¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Jakarta: Alfabeta, 2014), h.7.

² *Ibid*, h. 72.

³ *Ibid*, h. 77.

Kelas eksperimen dan kelas kontrol sama-sama diberikan perlakuan (*treatment*).⁴ Desain ini digunakan karena pada penelitian ini terdapat kelas eksperimen dan kelas kontrol, pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan.

Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelas eksperimen diberikan perlakuan dengan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management*, dan pada kelas kontrol diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*, kemudian dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) guna melihat ada atau tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap subyek yang diteliti. Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 2

Pola Non-equivalent Control Group Design

Keterangan :

E : Kelas eksperimen

K : Kelas kontrol

O₁ : Pengukuran etika pergaulan peserta didik sebelum diberikan perlakuan.

O₂ : Pengukuran etika pergaulan peserta didik setelah diberikan perlakuan.

O₃ : Pengukuran etika pergaulan peserta didik sebelum diberikan perlakuan.

O₄ : Pengukuran etika pergaulan peserta didik setelah diberikan perlakuan.

X₁ : Pemberian perlakuan dengan menggunakan teknik *self-management*.

⁴ *Ibid*, h. 79.

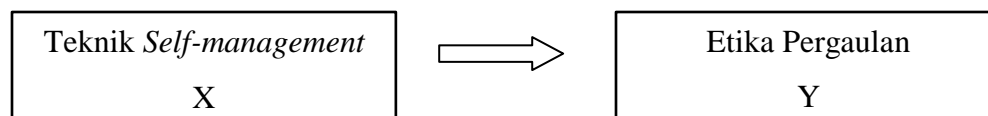
X₂ : Pemberian perlakuan dengan menggunakan teknik *self-instruction* untuk.⁵

C. Variabel Penelitian

Variabel Penelitian adalah segala suatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulannya.⁶ Penelitian ini akan dilaksanakan pada dua variabel yaitu:

1. Variabel bebas / variabel independen (X) merupakan variabel yang mempengaruhi atau penyebab.⁷ Pada penelitian ini sebagai variabel bebas adalah konseling *behavioral* teknik *self-management*.
2. Variabel terikat / dependen (Y) merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat.⁸ Pada penelitian ini sebagai variabel terikat adalah etika pergaulan.

Pada penelitian ini, konseling *behavioral* teknik *self-management* diberi simbol (X), sementara etika pergaulan diberi simbol (Y). Jadi hubungan antara variabel tersebut dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3
Hubungan Antar Variabel

⁵ *Ibid.*

⁶ *Ibid*, h. 38.

⁷ *Ibid*, h. 39.

⁸ *Ibid.*

D. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3
Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Variabel (X): Konseling <i>Behavioral</i> Teknik <i>Self-management</i>	Suatu kemampuan yang berkenaan dengan diri sendiri dan keterampilan individu mengarahkan perubahan tingkah lakunya sendiri dengan stimulus dan respon baik internal maupun eksternal.	<i>Self-monitoring</i> <i>Self-Contracting</i> <i>Stimulus-Control</i> <i>Self-Reward</i>	Observasi	-	-
Variabel (Y): Etika Pergaulan	Etika pergaulan adalah norma sopan santun atau pedoman tingkah laku (baik-buruk) dalam pergaulan.	a. Bersikap dan berbicara sopan b. memiliki kejujuran c. sikap saling toleransi d. Berempati e. Bertanggung Jawab	Angket etika pergaulan sebanyak 35 item	Skala Likert SL: Selalu SR: Sering KD: Kadang-kadang TP: Tidak Pernah	a. Tinggi b. Sedang c. Rendah

E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas sampel yang mempunyai karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian

ditarik kesimpulannya.⁹ Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah 58 peserta didik dari kelas VII A dan VII B di SMP Negeri 12 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019. Berikut ini pengelompokannya :

Tabel 4
Populasi Penelitian

No	Kelas	L	P	Jumlah
1	VII A	12	16	28
2	VII B	19	11	30
Jumlah				58

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.¹⁰ Sampel dalam penelitian ini sebanyak 16 peserta didik yang dibagi dalam dua kelompok sebagai berikut:

Tabel 5
Sampel Penelitian

No	Kelas	L	P	Jumlah	Keterangan
1	VII A	4	4	8	Kelas Eksperimen
2	VII B	4	4	8	Kelas Kontrol
Jumlah				16	

3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling* (pengambilan sampel berdasarkan tujuan).¹¹ Berdasarkan penjelasan tersebut criteria dalam menentukan sampel adalah:

⁹ *Ibid*, h. 80.

¹⁰ *Ibid*, h. 81.

¹¹ *Ibid*, h. 85.

1. Peserta didik kelas VII A dan VII B atas rekomendasi guru BK SMP Negeri 12 Bandar Lampung berdasarkan indikator etika pergaulan.
2. Peserta didik yang terindikasi memiliki etika pergaulan rendah berdasarkan hasil penyebaran angket etika pergaulan.

F. Teknik Pengumpulan data

1. Observasi

Observasi berasal dari bahasa latin yang berarti “melihat” dan “memperhatikan”. Observasi ini diarahkan pada kegiatan memperhatikan secara akurat, mencatat fenomena yang muncul dan mempertimbangkan hubungan antara aspek tersebut. Teknik observasi yang penulis gunakan adalah observasi tidak terstruktur.¹² Dalam hal ini penulis mengobservasi peserta didik kelas VII SMP Negeri 12 Bandar Lampung yang memiliki etika pergaulan rendah saat sebelum diberikan *self-management* maupun setelah diberikan *self-management*.

2. Wawancara

Teknik wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab lisan yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian. Metode yang digunakan peneliti yaitu wawancara tidak terstruktur.¹³ Dalam hal ini yang penulis wawancarai yaitu guru bimbingan dan konseling SMP Negeri 12 Bandar Lampung untuk memperoleh informasi mengenai peserta didik kelas VII yang memiliki etika pergaulan rendah.

¹² Khairani Makmun, *Psikologi Umum* (Yogyakarta: Aswaja, 2013), h. 16.

¹³ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), h. 123.

3. Angket

Angket merupakan alat pengumpulan data yang berisikan pertanyaan atau pernyataan mengenai suatu masalah yang akan diteliti.¹⁴ Tipe kuesioner dapat berupa pertanyaan/pernyataan tertutup atau terbuka, dan bentuknya dapat menggunakan kalimat positif atau negatif.¹⁵ Angket ini disebar kepada peserta didik kelas VII SMP Negeri 12 Bandar Lampung yang memiliki etika pergaulan rendah saat sebelum diberikan perlakuan maupun setelah diberikan perlakuan.

Adapun untuk mempermudah responden dalam menjawab suatu pernyataan dalam angket, penulis menggunakan bentuk jawaban skala *likert*.¹⁶ Alternatif jawaban skala *likert* dalam penelitian ini hanya 1-4 dengan tidak menggunakan alternatif netral agar tidak menimbulkan keraguan responden dalam menjawab pertanyaan. Adapun skor jawaban dapat di lihat pada tabel berikut.

Tabel 6
Penskoran Item

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban			
	Selalu	Sering	Jarang	Tidak Pernah
<i>Favorable</i> (+)	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i> (-)	1	2	3	4

¹⁴ Cholid Narbuko and Abu Achmadi, *Metodelogi Penelitian* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2015), h. 76-77.

¹⁵ Sugiyono, *Op.Cit.* h. 142.

¹⁶ *Ibid*, h. 93.

Penilaian etika pergaulan menggunakan rentang skor dari 1-4 dengan banyak item 35. Sehingga interval kriteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

$$J_i = \frac{(t-r)}{JK}$$

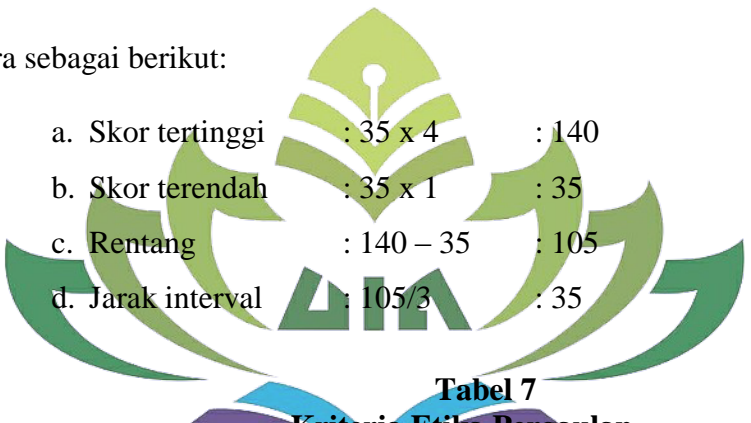
Keterangan :

t : skor tertinggi ideal dalam skala

r : skor terendah ideal dalam skala

JK : jumlah kelas interval

Berdasarkan rumusan di atas tersebut, maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

- 
- a. Skor tertinggi : 35 x 4 : 140
 - b. Skor terendah : 35 x 1 : 35
 - c. Rentang : 140 – 35 : 105
 - d. Jarak interval : 105/3 : 35

Tabel 7
Kriteria Etika Pergaulan

Interval	Kriteria
105-140	Tinggi
69-104	Sedang
0-68	Rendah

G. Instrumen Penelitian

Pada prinsipnya data yang akan diungkap peneliti yaitu tentang etika pergaulan peserta didik. Oleh karena itu instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen non-tes dengan menggunakan angket (kuesioner). Kisi-kisi etika pergaulan yang dibuat oleh peneliti berdasarkan indikator etika pergaulan. Adapun kisi-kisi instrumen penelitian adalah sebagai berikut :

Tabel 8
Kisi-kisi Skala Etika Pergaulan

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor Item	
			(+)	(-)
Etika pergaulan	Bersikap dan Bertutur Kata Sopan Santun	1. Mampu bersikap ramah tamah terhadap orang lain 2. Menggunakan bahasa (kata) yang sopan dan beradab pada orang yang lebih tua, sejawat, dan lebih muda 3. tidak menggunakan kata-kata kotor, kasar, cacian dan pornografi	1,3,5, 6,8,10	2,4,7, 9
	Memiliki Kejujuran	1. Tidak Mencontek 2. Berkata jujur 3. Mengakui Kesalahan Sendiri 4. Mengembalikan barang yang di pinjam 5. Mengumumkan barang hilang yang ditemukan	12,13, 14,16	11,15
	Sikap Saling Toleransi	1. Menghormati ide, pikiran dan pendapat orang lain 2. Menerima saran dan kritik 3. Kerja sama yang baik dalam kelompok	17,19, 20,22, 23	18,21
	Berempati	1. Mampu memahami perasaan orang lain 2. Ikut merasakan apa yang sedang dirasakan orang lain 3. Mampu memahami masalah yang sedang dihadapi orang lain	24,26, 28	25,27, 29,30
	Bertanggung Jawab	1. Melaksanakan tugas yang diberikan dengan baik 2. Mengakui kesalahan yang dilakukan	31,3 3,34	32,35

H. Pengujian Instrumen Penelitian

1. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrument. Suatu instrumen dapat dikatakan valid apabila alat

ukur tersebut mampu mengukur apa yang akan diukur oleh peneliti. Pengujian validasi angket dalam penelitian ini menggunakan bantuan *SPSS statistics 17.0 for windows*.¹⁷

Butir item dikatakan valid jika nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, r_{hitung} dapat dilihat dari *corrected item total pearson correlation* sedangkan r_{tabel} dapat dilihat dari tabel *r product moment pearson* dengan df (*degree of freedom*) = n-2.¹⁸ Dengan demikian jika jumlah responden sebanyak 30, maka r_{tabel} dapat diperoleh melalui tabel *r product moment pearson* dengan df=n-2, jadi df=30-2 = 28, maka $r_{tabel} = 0,361$ Sehingga dapat dinyatakan :



Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

Tabel 9
Hasil Uji validitas

Nomor Angket	r_{tabel}	r_{hitung}	Keterangan
1	0,361	0,484	Valid
2	0,361	0,684	Valid
3	0,361	0,658	Valid
4	0,361	0,670	Valid

¹⁷ Novalia, Muhammad Sajali, *Olah Data Penelitian Pendidikan* (Bandar Lampung : Anugrah Utama Raharja, 2014), h. 37

¹⁸ Sujarwani, V. Wiratna, *SPSS untuk penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2015), h. 199.

5	0,361	0,743	Valid
6	0,361	0,659	Valid
7	0,361	0,712	Valid
8	0,361	0,825	Valid
9	0,361	0,713	Valid
10	0,361	0,710	Valid
11	0,361	0,768	Valid
12	0,361	0,834	Valid
13	0,361	0,688	Valid
14	0,361	0,461	Valid
15	0,361	0,828	Valid
16	0,361	0,786	Valid
17	0,361	0,693	Valid
18	0,361	0,686	Valid
19	0,361	0,682	Valid
20	0,361	0,809	Valid
21	0,361	0,699	Valid
22	0,361	0,741	Valid
23	0,361	0,632	Valid
24	0,361	0,585	Valid
25	0,361	0,744	Valid
26	0,361	0,620	Valid
27	0,361	0,501	Valid
28	0,361	0,430	Valid
29	0,361	0,581	Valid
30	0,361	0,545	Valid
31	0,361	0,637	Valid
32	0,361	0,541	Valid
33	0,361	0,710	Valid
34	0,361	0,825	Valid
35	0,361	0,364	Valid

Jadi dapat disimpulkan bahwa ke 35 angket dapat digunakan karena dinyatakan valid.

2. Reliabilitas

Reliabilitas disebut juga tingkat ketetapan (konsistensi), yaitu kemampuan instrumen menyajikan data yang tetap meskipun digunakan dalam waktu berbeda.

Suatu data dinyatakan reliabel apabila dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama menghasilkan data yang sama.¹⁹ Dalam penelitian ini menggunakan bantuan *SPSS statistics 17.0 for windows*.

Tabel 10
Uji Reabilitas
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.785	35

Kesimpulan : *output* diatas terlihat bahwa pada kolom *Cronbach's Alpha* = 0,785 > 0,50 sehingga dapat dikatakan angket tersebut reliabel.

I. Langkah-Langkah Pemberian Perlakuan

Layanan atau perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini yaitu konseling kelompok. Pertemuan dilakukan sebanyak 7 kali pertemuan, termasuk *pretest* dan *posttest*. *Pretest* dilakukan untuk mengetahui skor sebelum diberikan layanan dan *posttest* digunakan untuk mengetahui skor setelah diberikan layanan berupa teknik *self-management* untuk kelas eksperimen dan teknik *self-intsruction* untuk kelas kontrol. Langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self-management* dapat dideskripsikan sebagai berikut :

a. Tahap 1 (pembukaan)

Pada tahap ini diawali dengan doa yang dipimpin oleh pemimpin kelompok, perkenalan dari pemimpin hingga anggota dan selanjutnya dilanjutkan dengan sebuah permainan yang digunakan untuk mencairkan suasana, menimbulkan keakraban, atau

¹⁹Sugiyono, *Op.Cit.* h. 123.

kenyamanan dan melatih konsentrasi. Dan selanjutnya pemimpin kelompok melanjutkan dengan menjelaskan mengenai layanan konseling kelompok yang meliputi pengertian, tujuan, manfaat, azas, norma, cara pelaksanaan kegiatan *self-management* serta kontrak waktu yang digunakan.

b. Tahap 2 (peralihan)

Tahap kedua konseling kelompok yaitu tahap peralihan, pemimpin kelompok menjelaskan tata tertib kegiatan yang akan di tempuh dan untuk mempersiapkan memasuki tahap kegiatan. Setelah dipastikan bahwa anggota kelompok siap untuk melangkah menuju tahap selanjutnya yaitu kegiatan konseling kelompok dengan teknik *self-management*.

c. Tahap 3 (kegiatan)

Pemimpin kelompok menggunakan topik bahasan dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas dan melakukan kegiatan konseling kelompok dengan teknik *self-management*.

d. Tahap 4 (pengakhiran)

Pemimpin kelompok mengadakan penilaian segera dengan memberikan beberapa pertanyaan dan kesan setelah mengikuti layanan. Selanjutnya pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri.

Tabel 11
Pertemuan Layanan Konseling

Pertemuan	Tema	Tujuan
Pertemuan ke-1	Pretest	Untuk mengetahui tingkat etika pergaulan peserta didik yang dilakukan dengan pengisian skala etika pergaulan
Pertemuan ke-2 dan ke-3	Sikap Sopan Santun Dalam Kehidupan	Peserta didik / konseli diharapkan dapat memahami pentingnya perilaku sopan santun dan mampu mengaplikasikannya
Pertemuan ke-4	Melakukan tiga kata penting dalam pergaulan	Peserta didik/konseli mampu melakukan tiga kata penting dalam pergaulan
Pertemuan ke-5	Mampu menghargai perbedaan pendapat	Peserta didik dapat memperbaiki sikap untuk lebih mampu menghargai perbedaan pendapat.
Pertemuan ke-6	Kesadaran untuk selalu bersikap jujur	Peserta didik/konseli diharapkan memiliki kesadaran untuk selalu bersikap jujur
Pertemuan ke-7	Posttest	Mengukur etika pergaulan peserta didik setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik self-management.

J. Teknik dan Pengolahan Analisis Data

Analisis data hasil penelitian dilakukan melalui 2 tahap utama yaitu pengolahan data dan analisis data.

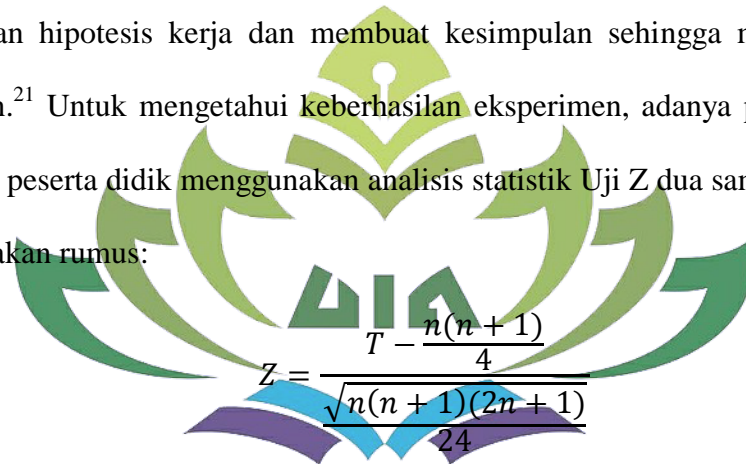
1. Teknik Pengolahan data

Pengolahan adalah suatu cara untuk mengatur atau mengorganisasikan data yang telah di kumpulkan agar dapat di pahami dan di baca. Menurut Muhammad Iqbal Hasan tahap-tahap pengolahan data terdiri dari beberapa yaitu :

- a. *Editing* (pengeditan data) adalah memeriksa kembali data yang telah terkumpul.
- b. *Coding* setelah mengklasifikasikan jawaban-jawaban dari para responden ke dalam kategori-kategori. Biasanya klasifikasi dilakukan dengan cara memberi tanda/kode berbentuk angka pada masing-masing jawaban.
- c. *Tabulasi* adalah pekerjaan membuat tabel. Jawaban-jawaban yang sudah diberi kode kategori jawaban kemudian dimasukkan dalam tabel.²⁰

2. Analisis Data

Analisis data adalah mengorganisasikan dan mengurutan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja dan membuat kesimpulan sehingga mudah di pahami orang lain.²¹ Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, adanya peningkatan etika pergaulan peserta didik menggunakan analisis statistik Uji Z dua sampel yaitu dengan menggunakan rumus:



$$Z = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Keterangan :

Z : Uji Wilcoxon

T : Total jenjang (selisih) terkecil antara nilai pretest dan posttest

n : Jumlah data sampel

²⁰ Iqbal Muhammad Hasan, *Op. Cit.* h. 89.

²¹ *Ibid*, h. 97.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Pada bab ini akan diuraikan tentang hasil penelitian yang telah dilaksanakan dan dianalisis data dalam pembahasan tentang *konseling behavioral* dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

1. Data Deskripsi *Pretest*

a) Hasil *Pretest* Kelas Eksperimen

Pretest dilakukan untuk mengetahui gambaran awal etika pergaulan peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Hasil *pretest* peserta didik pada kelas eksperimen (VII A) dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 12
Hasil *Pretest* Kelas Eksperimen

No	Nama	JK	Skor	Kategori
1.	ARA	L	63	Rendah
2.	CO	P	65	Rendah
3.	DS	P	59	Rendah
4.	MF	L	68	Rendah
5.	MGN	L	58	Rendah
6.	SRK	P	57	Rendah
7.	YW	L	50	Rendah
8	ZAL	P	55	Rendah

Berdasarkan data tabel 4.1 secara keseluruhan 8 peserta didik dari kelas eksperimen memiliki hasil *pretest* rendah, diantaranya ARA dengan skor 63, CO dengan skor 65, DS dengan skor 59, MF dengan skor 68, MGN dengan skor 58, SRK dengan skor 57, YW dengan skor 50, dan ZAL dengan skor 55.

b) Hasil *Pretest* Kelas Kontrol

Hasil *pretest* pada kelas kontrol (VII B) dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 13
Hasil *Pretest* Kelas Kontrol

No	Nama	JK	Skor	Kategori
1.	AKS	L	65	Rendah
2.	ALP	P	57	Rendah
3.	BB	L	55	Rendah
4.	FA	P	70	Sedang
5.	MA	L	59	Rendah
6.	RI	P	69	Sedang
7.	SAP	P	65	Rendah
8.	WNR	L	60	Rendah

Berdasarkan data tabel 4.2 terdapat 2 peserta didik kategori sedang yaitu FA dengan skor 70, dan RI dengan skor 69, kemudian 6 peserta didik kategori rendah yaitu AKS dengan skor 65, ALP dengan skor 57, BB dengan skor 55, MA dengan skor 59, SAP dengan skor 65, dan WNR dengan skor 60.

2. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 27 Juli 2018 sampai 21 Agustus 2018. Berikut ini adalah jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian di SMP Negeri 12 Bandar Lampung :

Tabel 14
Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian

No	Hari/Tanggal	Kegiatan yang dilaksanakan
1	Rabu, 25 Juli 2018	Bertemu dengan guru dan kepala sekolah untuk mendiskusikan jadwal pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik <i>self-management</i> (kelas eksperimen) dan teknik <i>self-intruccion</i> (kelas kontrol)
2	Jumat, 27 Juli 2018	<i>Pretest</i> kelas eksperimen dan kelas kontrol
3	Senin, 30 Juli 2018	Pertemuan pertama kelas eksperimen dan kelas kontrol
4	Kamis, 2 Agustus 2018	Pertemuan kedua kelas eksperimen dan kelas kontrol
5	Senin, 6 Agustus 2018	Pertemuan ketiga kelas eksperimen dan kelas kontrol
6	Senin, 13 Agustus 2018	Pertemuan keempat kelas eksperimen dan kelas kontrol
7	Senin, 20 Agustus 2018	Pertemuan kelima kelas eksperimen dan kelas kontrol
8	Selasa, 21 Agustus 2018	<i>Posttest</i> kelas eksperimen dan kelas kontrol

Berdasarkan tabel 4.2 sebelum diberikan layanan dilakukan tes awal (*Pretest*) dilaksanakan pada hari Jumat, 27 Juli 2018 di kelas eksperimen dan kelas kontrol untuk mengetahui gambaran atau kondisi awal mengenai etika pergaulan peserta didik dengan menyebarkan skala etika pergaulan, kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) yaitu teknik *self-management* di kelas eksperimen dan teknik *self-instruction* di kelas kontrol. Perlakuan (*treatment*) dilaksanakan sebanyak lima kali pertemuan, kemudian setelah diberikan layanan dilakukan tes akhir (*posttest*) dilaksanakan pada hari Selasa, 21 Agustus 2018 di kelas eksperimen dan kelas kontrol untuk mengevaluasi hasil pemberian layanan tersebut.

Adapun hasil pelaksanaan konseling kelompok berdasarkan prosedur dan langkah-langkah pelaksanaan layanan konseling kelompok sebagai berikut :

a) Pelaksanaan Kelas Eksperimen

1. Pertemuan ke-1

Hari, tanggal : Senin, 30 Juli 2018

Waktu : 09.00-09.45 WIB

Materi layanan : Sikap Sopan Santun Dalam Kehidupan

Tempat layanan : Ruang Kelas

Pelaksanaan konseling kelompok memiliki beberapa tahap yaitu dimulai dari pembukaan, pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan menyapa anggota kelompok, dilanjutkan dengan do'a agar kegiatan ini dapat berjalan dengan baik, kemudian pemimpin kelompok memulai perkenalan kepada peserta didik menggunakan permainan untuk menghangatkan suasana agar saling terbuka, saling percaya, sehingga tercipta dinamika kelompok.

Pemimpin kelompok menjelaskan tentang pengertian, tujuan, azas-azas konseling kelompok dan cara pelaksanaan kegiatan, kemudian menentukan waktu yang disepakati untuk setiap kali pertemuan yaitu 45 menit. Pada tahap selanjutnya yaitu tahap peralihan dimana pemimpin kelompok menjelaskan tata tertib dan kegiatan yang akan ditempuh dan mempersiapkan para anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan.

Pada tahap kegiatan inti konseling kelompok dengan teknik *self-management* tahap *self-monitoring*, Pada pertemuan pertama ini, pemimpin kelompok tidak

langsung masuk pada pengungkapan masalah namun khusus untuk melakukan pembahasan tentang konseling kelompok dengan teknik *self-management*. Pemimpin kelompok memberi kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya mengenai kegiatan konseling kelompok. pemimpin kelompok menjelaskan topik bahasan yaitu “sikap sopan santun dalam kehidupan”. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk selalu bersikap sopan santun.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menyampaikan jadwal pertemuan berikutnya, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

2. Pertemuan ke-2

Hari, tanggal

: Kamis, 2 Agustus 2018

Waktu

: 09.00-09.45 WIB

Materi layanan

: Sikap Sopan Santun Dalam Kehidupan

Tempat layanan

: Ruang Kelas

Pada pertemuan kedua ini pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* tahap *self-monitoring* dilakukan seperti dipertemuan sebelumnya, penulis sebagai pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa. Dipertemuan kedua ini pemimpin kelompok menjelaskan kembali materi “sikap sopan santun dalam kehidupan”. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk selalu bersikap sopan santun,

selanjutnya pemimpin kelompok membagikan lembar kerja *self-monitoring* dan menjelaskan tujuan dari lembar kerja tersebut kepada anggota kelompok, kemudian anggota kelompok menyeleksi perilaku yang ingin diubah melalui lembar kerja *self-monitoring*.

Pemimpin kelompok berdiskusi bersama anggota kelompok menyusun tujuan untuk target yang diharapkan (meningkatkan etika pergaulan) dan menghindari hambatan-hambatannya. Pada sesi ini juga pemimpin kelompok mengamati respon atau perilaku anggota kelompok, dan mengevaluasi pengelolaan *self-monitoring*.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menyampaikan jadwal pertemuan berikutnya, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

3. Pertemuan ke-3

Hari, tanggal	: Senin, 6 Agustus 2018
Waktu	: 09.00-09.45 WIB
Materi layanan	: Melakukan Tiga Kata Penting Dalam Pergaulan
Tempat layanan	: Ruang Kelas

Pada pertemuan ketiga ini pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* tahap *self-contracting* dilakukan seperti dipertemuan sebelumnya, penulis sebagai pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa. Dipertemuan kedua ini pemimpin kelompok

memberikan materi “melakukan tiga kata penting dalam pergaulan”. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk melakukan tiga kata penting dalam pergaulan seperti maaf, tolong, dan terimakasih.

Pada teknik *self-contracting* ini anggota kelompok membuat perencanaan untuk mengubah perilaku yang ingin dirubahnya melalui lembar *self-contracting* (surat pernyataan). Anggota kelompok mengisi pernyataan kontrak diri untuk meningkatkan etika pergaulan. Anggota kelompok mencatat pihak-pihak yang akan diajak bekerjasama dengan teman maupun keluarga dalam membantu program *self-management* nya terhadap etika pergaulan. Pemimpin kelompok mengarahkan anggota kelompok membuat peraturan untuk dirinya dalam meningkatkan etika pergaulan dan mencatat peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses *self-management*.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menyampaikan jadwal pertemuan berikutnya, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

4. Pertemuan ke-4

Hari, tanggal	: Senin, 13 Agustus 2018
Waktu	: 09.00-09.45 WIB
Materi layanan	: Mampu Menghargai Setiap Perbedaan Pendapat
Tempat layanan	: Ruang Kelas

Pada pertemuan keempat ini pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* tahap *stimulus-control* dilakukan seperti dipertemuan sebelumnya, penulis sebagai pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa. Dipertemuan ketiga ini pemimpin kelompok memberikan materi “Mampu menghargai setiap perbedaan pendapat”. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk menghargai setiap perbedaan pendapat.

Pada sesi ini pemimpin kelompok juga mengajak anggota kelompok memilih perilaku, pikiran, perasaan yang ingin ditinggalkan atau dikurangi untuk meningkatkan etika pergaulan melalui *stimulus-control*. Pemimpin kelompok mengarahkan anggota kelompok untuk menemukan rangsangan atau stimulus yang mempertinggi reaksi untuk meningkatkan etika pergaulan melalui *stimulus-control*.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menyampaikan jadwal pertemuan berikutnya, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

5. Pertemuan ke-5

Hari, tanggal	: Senin, 20 Agustus 2018
Waktu	: 09.00-09.45 WIB
Materi layanan	: Kesadaran Untuk Selalu Bersikap Jujur
Tempat layanan	: Ruang Kelas

Pada pertemuan kelima ini dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* tahap *self-reward* dilakukan seperti dipertemuan sebelumnya, penulis sebagai pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa. Dipertemuan keempat ini pemimpin kelompok memberikan materi “Kesadaran untuk selalu bersikap jujur”. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk selalu bersikap jujur.

Pada tahap terakhir ini pemimpin kelompok menjelaskan tahapan *self-reward* yang digunakan untuk membantu anggota kelompok mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Tujuan dari *self-reward* ini untuk memperkuat atau menambah respon yang diinginkan, setelah dijelaskan tentang *self-reward*, anggota kelompok menulis *reward* yang akan diberikan untuk mengubah tingkah lakunya, pengaturan waktu pemberian *reward* dilakukan sesudah tingkah laku dilaksanakan.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menanyakan kesan selama mengikuti kegiatan, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

b) Pelaksanaan Kelas Kontrol

1. Pertemuan ke-1

Hari, tanggal : Senin, 30 Juli 2018

Waktu : 09.00-09.45 WIB

Materi layanan : Sikap Sopan Santun Dalam Kehidupan

Tempat layanan : Ruang Kelas

Pelaksanaan konseling kelompok memiliki beberapa tahap yaitu dimulai dari pembukaan, pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan menyapa anggota kelompok, dilanjutkan dengan do'a agar kegiatan ini dapat berjalan dengan baik, kemudian pemimpin kelompok memulai perkenalan kepada peserta didik menggunakan permainan untuk menghangatkan suasana agar saling terbuka, saling percaya, sehingga tercipta dinamika kelompok.

Pemimpin kelompok menjelaskan tentang pengertian, tujuan, azas-azas konseling kelompok dan cara pelaksanaan kegiatan, kemudian menentukan waktu yang disepakati untuk setiap kali pertemuan yaitu 45 menit. Pada tahap selanjutnya yaitu tahap peralihan dimana pemimpin kelompok menjelaskan tata tertib dan kegiatan yang akan ditempuh dan mempersiapkan para anggota kelompok untuk memasuki tahap kegiatan.

Pada tahap kegiatan inti konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*, pada pertemuan pertama ini, pemimpin kelompok tidak langsung masuk pada pengungkapan masalah namun khusus untuk melakukan pembahasan tentang konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*. Pemimpin kelompok memberi kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya mengenai kegiatan konseling kelompok. Pemimpin kelompok menjelaskan topik bahasan yaitu “sikap sopan santun dalam kehidupan”. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk selalu bersikap sopan santun.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menyampaikan jadwal pertemuan berikutnya, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

2. Pertemuan ke-2

Hari, tanggal : Kamis, 2 Agustus 2018

Waktu : 11.00-11.45 WIB

Materi layanan : Sikap sopan santun dalam kehidupan

Tempat layanan : ruang kelas

Pada pertemuan kedua ini pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dilakukan seperti dipertemuan sebelumnya, penulis sebagai pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa. Dipertemuan kedua ini pemimpin kelompok menjelaskan kembali materi “sikap sopan santun dalam kehidupan”, pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk selalu bersikap sopan santun didalam kehidupan. Pada sesi ini juga pemimpin kelompok mengharapkan konseli untuk lebih memahami pikiran, perasaan, perbuatan, dan tingkah laku yang ingin diubah dan mendiskusikannya secara bersama dengan anggota kelompok.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menyampaikan jadwal pertemuan

berikutnya, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

3. Pertemuan ke-3

Hari, tanggal : Senin, 6 Agustus 2018

Waktu : 11.00-11.45 WIB

Materi layanan : Melakukan Tiga Kata Penting Dalam Pergaulan

Tempat layanan : Ruang Kelas

Pada pertemuan ketiga ini pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dilakukan seperti dipertemuan sebelumnya, penulis sebagai pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa. Dipertemuan kedua ini pemimpin kelompok memberikan materi “melakukan tiga kata penting dalam pergaulan”. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk melakukan tiga kata penting dalam pergaulan.

Pada teknik *self-instruction* pemimpin kelompok berdiskusi dengan anggota kelompok membuat perencanaan untuk mengubah perilaku yang ingin dirubah dan meyakini terget yang diinginkan. Pemimpin kelompok mengarahkan anggota kelompok membuat peraturan untuk dirinya dalam meningkatkan etika pergaulan selama menjalani proses *self-instruction*.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menyampaikan jadwal pertemuan

berikutnya, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

4. Pertemuan ke-4

Hari, tanggal : Senin, 13 Agustus 2018

Waktu : 11.00-11.45 WIB

Materi layanan : Mampu Menghargai Setiap Perbedaan Pendapat

Tempat layanan : Ruang Kelas

Pada pertemuan keempat ini pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dilakukan seperti dipertemuan sebelumnya, penulis sebagai pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa. Dipertemuan ketiga ini pemimpin kelompok memberikan materi “Mampu menghargai setiap perbedaan pendapat”. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk menghargai setiap perbedaan pendapat.

Pada sesi ini pemimpin kelompok menjadi model dengan memverbalisasikan dan memberikan instruksi kepada anggota kelompok untuk mengubah perilaku yang diharapkan, kemudian anggota kelompok mencobanya secara berulang yang dicontohkan oleh pemimpin kelompok, selanjutnya anggota kelompok diminta untuk mengucapkan kata-kata untuk dirinya sendiri memilih perilaku, pikiran, perasaan yang ingin ditinggalkan atau dikurangi untuk meningkatkan etika pergaulan.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menyampaikan jadwal pertemuan

berikutnya, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

5. Pertemuan ke-5

Hari, tanggal : Senin, 20 Agustus 2018

Waktu : 11.00-11.45 WIB

Materi layanan : Kesadaran Untuk Selalu Bersikap Jujur

Tempat layanan : Ruang Kelas

Pada pertemuan kelima ini pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* dilakukan seperti dipertemuan sebelumnya, penulis sebagai pemimpin kelompok membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa. Dipertemuan keempat ini pemimpin kelompok memberikan materi “Kesadaran untuk selalu bersikap jujur”. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk selalu bersikap jujur. Pada tahap terakhir ini pemimpin kelompok memberikan penguatan kepada anggota kelompok untuk memperkuat perilaku yang diharapkan.

Tahap selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling akan diakhiri, kemudian menyimpulkan makna kegiatan yang telah dilakukan dan menanyakan kesan selama mengikuti kegiatan, selanjutnya pemimpin kelompok memimpin doa dan memberikan ucapan terima kasih.

3. Data Deskripsi *Posttest*

a) Hasil *Posttest* Kelas Eksperimen

Untuk melihat perubahan pada peserta didik terkait dengan teknik *self-management* yang diberikan untuk meningkatkan etika pergaulan. Berdasarkan hasil *posttest* pada kelompok eksperimen dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 15
Hasil *Posttest* Kelas Eksperimen

No	Nama	JK	Skor	Kategori
1.	ARA	L	125	Tinggi
2.	CO	P	123	Tinggi
3.	DS	P	122	Tinggi
4.	MF	L	127	Tinggi
5.	MGN	L	115	Tinggi
6.	SRK	P	119	Tinggi
7.	YW	L	110	Tinggi
8.	ZAL	P	104	Sedang

Berdasarkan data tabel 4.4 terdapat 1 peserta didik kategori sedang yaitu ZAL dengan skor 104, dan 7 peserta didik kategori tinggi yaitu ARA dengan skor 125, CO dengan skor 123, DS dengan skor 122, MF dengan skor 127, MGN dengan skor 115, SRK dengan skor 119, dan YW dengan skor 110.

b) Hasil *Posttest* Kelas Kontrol

Untuk mengetahui hasil skor *posttest* terhadap peserta didik setelah diberikan perlakuan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan etika pergaulan maka hasil *posttest* pada kelas kontrol dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 16
Hasil *Possttest* Kelas Kontrol

No	Nama	JK	Skor	Kategori
1.	AKS	L	90	Sedang
2.	ALP	P	96	Sedang
3.	BB	L	100	Sedang
4.	FA	P	105	Tinggi
5.	MA	L	97	Sedang
6.	RI	P	105	Tinggi
7.	SAP	P	91	Sedang
8.	WNR	L	89	Sedang

Berdasarkan data tabel 4.5 terdapat 2 peserta didik kategori tinggi yaitu FA dan RI dengan skor yang sama yaitu 105, dan 6 peserta didik kategori sedang yaitu AKS dengan skor 90, ALP dengan skor 96, BB dengan skor 100, MA dengan skor 97, SAP dengan skor 91, dan WNR dengan skor 89.

4. Uji Hipotesis Wilcoxon

Uji wilcoxon merupakan salah satu dari uji statistik nonparametrik. Uji ini dipakai ketika suatu data tidak berdistribusi normal. Pengujian dua sampel berpasangan prinsipnya menguji apakah dua sampel berpasangan satu dengan yang lainnya berasal dari populasi yang sama.¹ Dalam penelitian ini menguji untuk 8 sampel diberikan *treatmeant* teknik *self-mangement* untuk kelas eksperimen (VII A), sedangkan 8 sampel untuk kelas kontrol (VII B) diberikan *treatment* teknik *self-instruction*. Sebelum diberikan *treatmeant*, sampel tersebut diberikan *pretest* untuk mengetahui

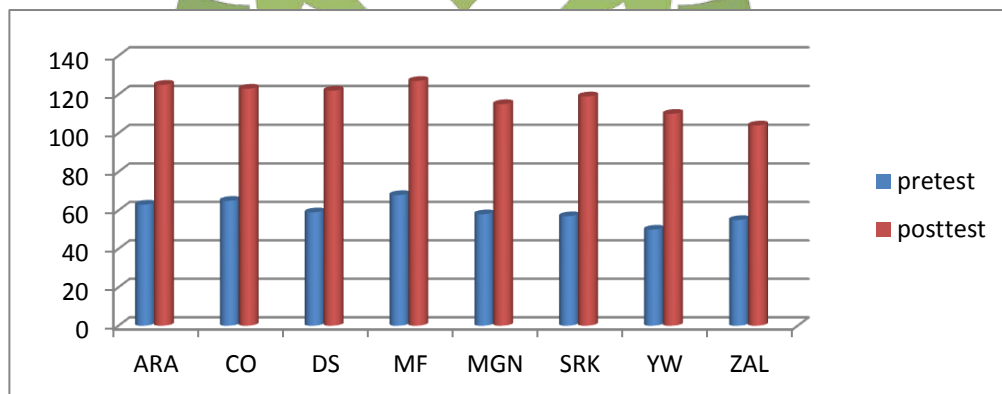
¹ Singgih Santoso, *Aplikasi SPSS pada Statistik Non Parametrik* (jakarta : PT Elek Media Komputindo), h. 115.

gambaran awal etika pergaulan peserta didik, kemudian setelah diberikan *treatment* diukur kembali yaitu *posttest* untuk mengetahui tingkat etika pergaulannya.

a) Analisis perhitungan kelas eksperimen

Tabel 17
Perbandingan *Pretest* dan *Posttest* Kelas Eksperimen

No	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>	Tanda
1	ARA	63	125	62	Positif
2	CO	65	123	58	Positif
3	DS	59	122	63	Positif
4	MF	68	127	59	Positif
5	MGN	58	115	57	Positif
6	SRK	57	119	62	Positif
7	YW	50	110	60	Positif
8	ZAL	55	104	49	Positif



Gambar 4
Perbandingan *Pretest* dan *Posttest* Kelas Eksperimen

Pada pengujian ini menggunakan bantuan *Software SPSS 17,0 for windows*, karena data tersebut tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji Wilcoxon menggunakan uji nonparametrik. Berikut paparan hasil dari uji Wilcoxon.

Tabel 18
Uji Wilcoxon Kelas Eksperimen

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest_Eksperimen Pretest_Eksperimen	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	8 ^b	4.50	36.00
	Ties	0 ^c		
	Total	8		

a. Posttest_Eksperimen < Pretest_Eksperimen

b. Posttest_Eksperimen > Pretest_Eksperimen

c. Posttest_Eksperimen = Pretest_Eksperimen

Berdasarkan tabel rank, negatif rank menunjukkan tidak ada peserta didik yang mengalami penurunan dari nilai *pretest* ke *posttest*, sedangkan positive ranks jumlah N 8 yang artinya ke 8 peserta didik mengalami peningkatan dari hasil *pretest* ke *posttest* dengan mean rank 4.50 dan jumlah sum of rank 36.00, dan ties tidak ada nilai yang sama antara postets dan pretest.

Statistics^b

	<i>Posttest_Eksperimen - Pretest_Eksperimen</i>
Z	-2.524 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

Berdasarkan tabel test statistics dapat diketahui bahwa Z_{hitung} yang diperoleh yaitu -2.521 dan signifikan diperoleh 0.012 yang menunjukkan H_a diterima karena nilai signifikan lebih kecil dari 0.05.

Statistics

		<i>Pretest_Eksperimen</i>	<i>Posttest_Eksperimen</i>
N	Valid	8	8
	Missing	0	0
Mean		59.38	118.13
Median		58.50	120.50
Mode		50 ^a	104 ^a
Std. Deviation		5.780	7.936
Minimum		50	104
Maximum		68	127
Sum		475	945

Dari data diatas dapat diketahui bahwa ada peningkatan yang signifikan dari sebelum diberikan dan sesudah diberikan perlakuan. Dalam analisis data deskriptif menyatakan bahwa :

Mean pretest eksperimen : 59,38 (termasuk kategori rendah)

Mean posttest eksperimen : 118,13 (termasuk kategori tinggi)

Dasar pengambilan keputusan

1. Dengan membandingkan angka z hitung dan z tabel :

Jika z hitung $<$ z tabel maka H_0 diterima

Jika z hitung $>$ z tabel maka H_0 ditolak

2. Dengan melihat angka probabilitas, dengan ketentuan :

Probabilitas $>$ dari 0,05 maka H_0 diterima

Probabilitas $<$ dari 0,05 maka H_0 ditolak

Keputusan :

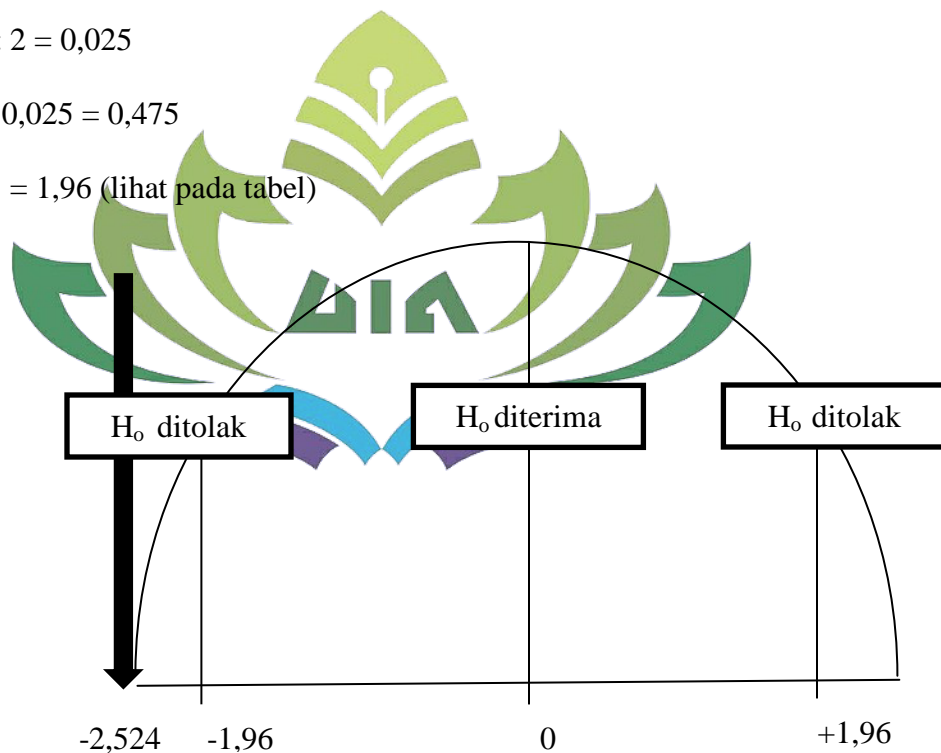
Dengan membandingkan angka z hitung dan z tabel :

1. z hitung = -2,524 (lihat pada *output*, tanda – hanya menunjukkan arah)
2. z tabel = $\pm 1,96$

untuk tingkat kepercayaan 95% dan uji dua sisi didapatkan nilai z tabel adalah $\pm 1,96$.

Cara mencari z tabel :

- 1) $0,05 : 2 = 0,025$
- 2) $0,5 - 0,025 = 0,475$
- 3) $0,475 = 1,96$ (lihat pada tabel)



Gambar 5
Kurva Kelas Eksperimen

Keputusan :

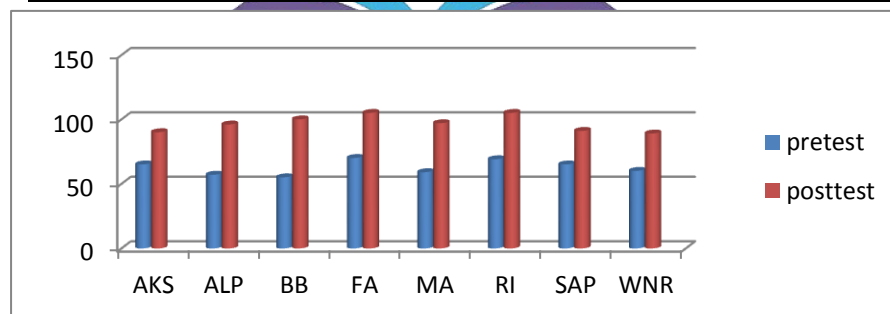
Karena z hitung terletak di daerah H_0 , maka keputusannya adalah menolak H_0 atau pemberian teknik *self-management* dapat meningkatkan etika

pergaulan peserta didik. Dengan melihat angka probabilitas pada *output* SIG adalah $0,012 < 0,05$, maka H_0 ditolak. Hal ini berarti teknik *self-managment* dapat meningkatkan etika pergaulan. Sedangkan dari perhitungan *z* hitung didapat nilai *z* adalah $-2,524$ (tanda $-$ tidak relevan karena hanya menunjukkan arah) lebih besar dari *z* tabel yaitu $1,96$.

b) Analisis perhitungan kelas kontrol

Tabel 19
Perbandingan *Pretest* dan *Posttest* Kelas Kontrol

No	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>	Tanda
1	AKS	65	90	35	Positif
2	ALP	57	96	39	Positif
3	BB	55	100	45	Positif
4	FA	70	105	35	Positif
5	MA	59	97	38	Positif
6	RI	69	105	36	Positif
7	SAP	65	91	26	Positif
8	WNR	60	89	29	Positif



Gambar 6
Perbandingan *Pretest* dan *Posttest* Kelas Kontrol

Pada pengujian ini menggunakan bantuan *Software SPSS 17,0 for windows*, karena data tersebut tidak berdistribusi normal maka

menggunakan uji Wilcoxon menggunakan uji nonparametrik. Berikut paparan hasil dari uji Wilcoxon.

Tabel 20
Uji Wilcoxon Kelas Kontrol
Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest_Kontrol	- Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
Pretest_Kontrol	Positive Ranks	8 ^b	4.50	36.00
	Ties	0 ^c		
	Total	8		

a. Posttest_Kontrol < Pretest_Kontrol

b. Posttest_Kontrol > Pretest_Kontrol

c. Posttest_Kontrol = Pretest_Kontrol

Berdasarkan tabel rank, negatif rank menunjukkan tidak ada peserta didik yang mengalami penurunan dari nilai *pretest* ke *posttes*, sedangkan positive ranks jumlah N 8 yang artinya ke 8 peserta didik mengalami peningkatan dari hasil *pretest* ke *posttes* dengan mean rank 4.50 dan jumlah sum of rank 36.00, dan ties tidak ada nilai yang sama antara postets dan pretest.

Test Statistics^b

	<i>Posttest_Kontrol - Pretest_Kontrol</i>
Z	-2.521 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

Berdasarkan tabel test statistics dapat diketahui bahwa Z_{hitung} yang diperoleh yaitu -2.521 dan signifikan diperoleh 0.012 yang menunjukkan H_a diterima karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05.

Statistics

	<i>Pretest_Kontrol</i>	<i>Posttest_Kontrol</i>
N Valid	8	8
Missing	0	0
Mean	62.50	96.63
Median	62.50	96.50
Mode	65	105
Std. Deviation	5.555	6.391
Minimum	55	89
Maximum	70	105
Sum	500	773

Pada data diatas dapat diketahui bahwa ada peningkatan walaupun tak sebanyak dengan perlakuan menggunakan teknik *self-managment*. Dalam analisis data deskriptif menyatakan bahwa :

Mean Pretest kontrol : 62,50 (termasuk kategori rendah)

Mean posttest kontrol : 96,63 (termasuk kategori sedang)

Dasar pengambilan keputusan

1. Dengan membandingkan angka z hitung dan z tabel :

Jika z hitung $<$ z tabel maka H_0 diterima

Jika z hitung $>$ z tabel maka H_0 ditolak

2. Dengan melihat angka probabilitas, dengan ketentuan :

Probabilitas $>$ dari 0, 05 maka H_0 diterima

Probabilitas $<$ dari 0,05 maka H_0 ditolak

Keputusan :

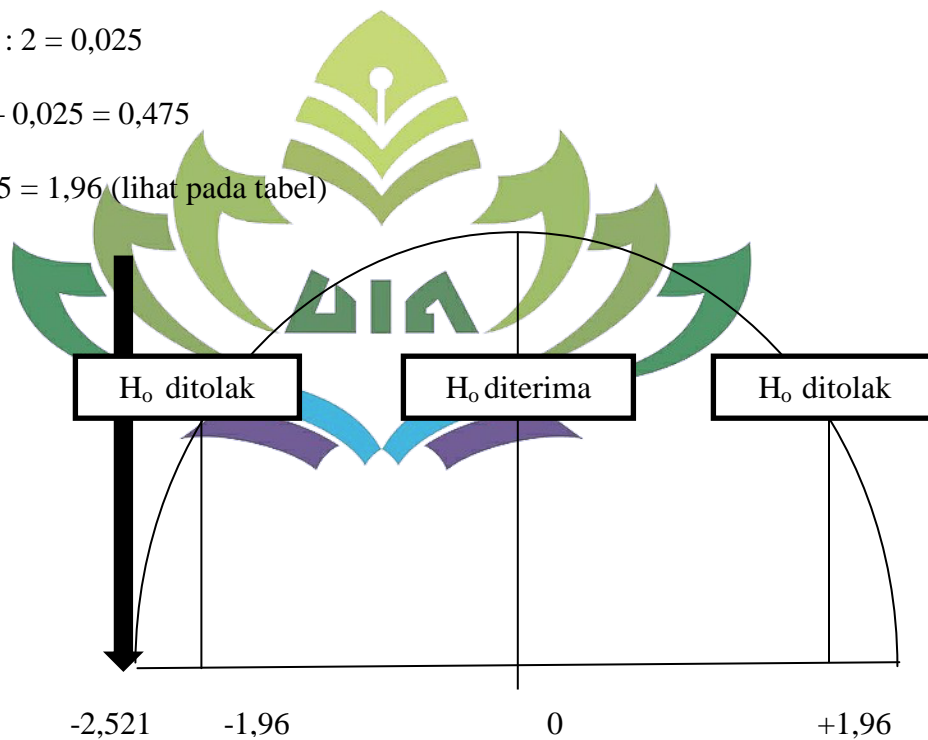
Dengan membandingkan angka z hitung dan z tabel :

1. z hitung = -2,521 (lihat pada *output*, tanda – hanya menunjukkan arah)
2. z tabel = $\pm 1,96$

untuk tingkat kepercayaan 95 % dan uji dua sisi didapatkan nilai z tabel adalah $\pm 1,96$.

Cara mencari z tabel :

- 1) $0,05 : 2 = 0,025$
- 2) $0,5 - 0,025 = 0,475$
- 3) $0,475 = 1,96$ (lihat pada tabel)



Gambar 7
Kurva Kelas Kontrol

Keputusan :

Karena z hitung terletak di daerah H_0 , maka keputusannya adalah menolak H_0 atau pemberian teknik *self-instruction* dapat meningkatkan etika

pergaulan peserta didik, dengan melihat angka probabilitas pada *output* SIG adalah $0,012 < 0,05$, maka H_0 ditolak, sedangkan dari perhitungan z tabel di dapat nilai z adalah $-2,521$ (tanda negatif hanya menunjukkan arah) lebih besar dari z tabel yaitu 1,96.

c) Analisis kelas eksperimen dan kelas kontrol

Jika dilihat dari proses perhitungan kedua kelas, maka dapat dikatakan kedua tersebut sama-sama menolak H_0 dan menerima H_a , tetapi jika dilihat dari pengaruhnya, maka teknik *self-management* yang digunakan pada kelas eksperimen lebih berpengaruh bila dibandingkan pada kelas kontrol dengan teknik *self-intruuction*.

Tabel 21
Deskripsi data kelas eksperimen dan kelas kontrol
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Pretest</i> _Eksperimen	8	50	68	59.38	5.780
<i>Posttest</i> _Eksperimen	8	104	127	118.13	7.936
Valid N (listwise)	8				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Pretest</i> _Kontrol	8	55	70	62.50	5.555
<i>Posttest</i> _Kontrol	8	89	105	96.63	6.391
Valid N (listwise)	8				

Pada kedua tabel tersebut menunjukkan pada hasil *posttest* dengan nilai minimum kelas eksperimen lebih besar dari pada kelas kontrol yaitu $104 > 89$. Pada nilai *mean* (rata-rata) kelas eksperimen juga lebih besar dibanding kelas kontrol yaitu

118,13 > 96,63. Hal ini menunjukkan teknik *self-managment* lebih dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik dibandingkan teknik yang digunakan pada kelas kontrol.

Tabel 22
Perbandingan Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

No	Kelas Eksperimen			Kelas Kontrol		
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Skor</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Skor</i>
1	63	125	62	65	90	35
2	65	123	58	57	96	39
3	59	122	63	55	100	45
4	68	127	59	70	105	35
5	58	119	61	59	97	38
6	57	115	58	69	105	36
7	50	110	60	65	91	26
8	55	104	49	60	89	29
<i>Skor</i>	475	945	470	500	773	283
<i>Mean</i>	59,375	118,125	58,75	62,5	96,625	35,375



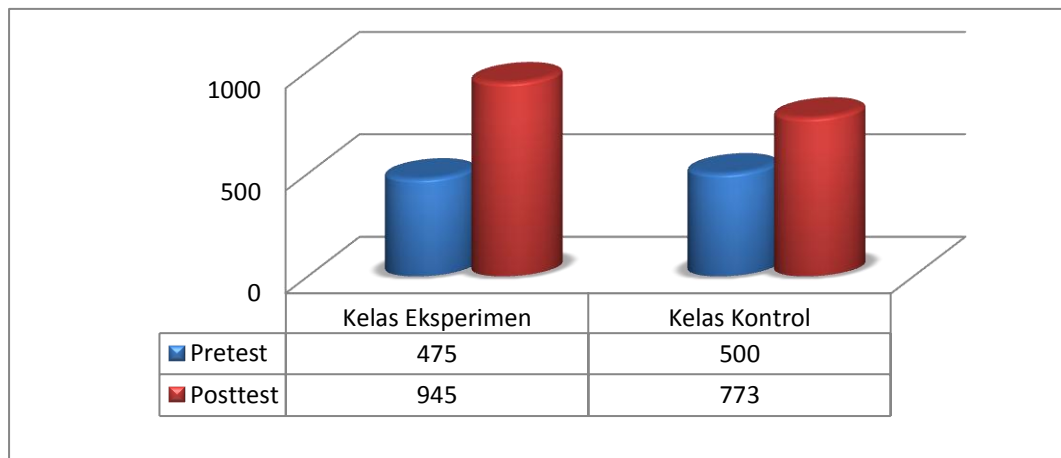
Tabel 23
Tingkat Presentase Kategori
Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

No	Kategori	Kelas Eksperimen				Kelas Kontrol			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Tinggi	0	0	7	87,5	0	0	2	25
2	Sedang	0	0	1	12,5	2	25	6	75
3	Rendah	8	100	0	0	6	75	0	0
Jumlah		8	100	8	100	8	100	8	100

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata/*mean pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol sama-sama mengalami peningkatan, pada kelas eksperimen skor *pretest* 475 atau rata-rata/*mean* 59,37 dan skor pada *posttest* 945

atau nilai rata-rata/*mean* 118,12, sedangkan pada kelas kontrol skor *pretest* 500 atau nilai rata-rata/*mean* 62,5 dan skor *posttest* atau 773 dengan nilai rata-rata/*mean* 96,62.

Meskipun kedua kelas mengalami peningkatan, tetapi nilai rata-rata kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol, hal ini dapat dilihat dari hasil *posttest* kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol (945 > 773 atau 118,125 > 96,625). Maka dapat disimpulkan bahwa teknik *self-managment* dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik. Berikut gambar peningkatan etika pergaulan.



Gambar 8
Grafik Peningkatan Etika Pergaulan

B. Pembahasan

Pada penelitian ini terdapat dua kelas yang digunakan yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol. Kelas eksperimen diberikan *treatment* atau perlakuan dengan teknik *self-management* dan kelas kontrol dengan teknik *self-instruction*. Layanan konseling kelompok dilakukan sebanyak 7 kali pertemuan termasuk *pretest* dan *posttest*. Angket etika pergaulan diberikan kedua kelas, baik kelas eksperimen maupun kelas kontrol. Hasil *posttest* akan menjadi pembanding kedua kelompok.

Hasil *posttest* yang telah dihitung ternyata terjadi peningkatan etika pergaulan peserta didik pada kelas eksperimen hasil tersebut diketahui dari hasil *pretest* dan *posttest*. Pada kelas kontrol juga mengalami peningkatan tetapi kelas eksperimen mengalami peningkatan yang lebih signifikan dibanding kelas kontrol. Berdasarkan hasil analisis data yang membandingkan hasil *posttest* kelas eksperimen dan kelas kontrol menghasilkan nilai skor sebesar $945 > 773$ atau nilai rata-rata/*mean* $118,125 > 96,625$ sehingga dapat dinyatakan kedua kelas mengalami peningkatan meskipun ada perbedaan antara hasil *posttest* kelas eksperimen dan kelas kontrol, selain itu ada peningkatan etika pergaulan yang signifikan pada kelas eksperimen dengan hasil skor yaitu pada *pretest* 475 dengan rata-rata/*mean* 59,375 dan skor *posttest* 945 dengan rata-rata/*mean* 118,125, kemudian tingkat presentasi kenaikan dalam kategori tinggi pada kelas eksperimen lebih tinggi dari kelas kontrol yaitu $87,5\% > 25\%$ sehingga dinyatakan signifikan mengalami peningkatan.

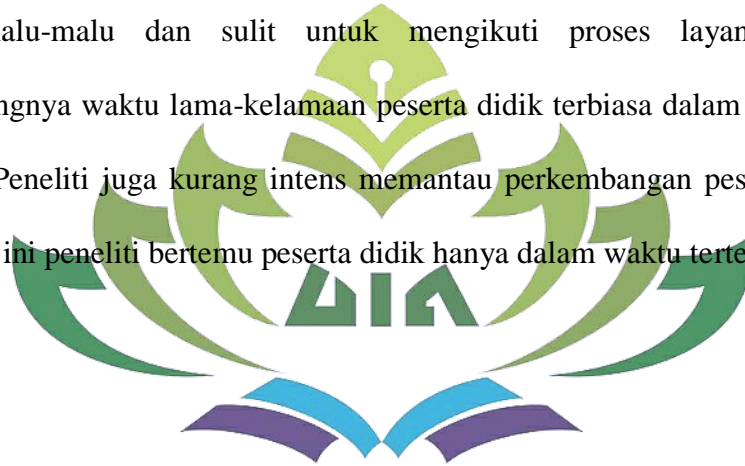
Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa teknik *self-management* dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

C. Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan sebaik mungkin, namun penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan diantaranya dalam pengumpulan data yang digunakan berupa angket etika pergaulan memang efektif, tetapi tidak menjamin bahwa peserta didik yang mendapatkan nilai tinggi dapat mempunyai etika pergaulan

yang baik ataupun sebaliknya. Karena belum tentu apa yang mereka isi sesuai dengan dirinya, meskipun pada saat *pretest* dan *posttest* penulis telah berusaha menjelaskan kepada peserta didik bahwa hasil angket tidak ada hubungannya dengan nilai sekolah, dan mendorong peserta didik agar mengisinya dengan jujur.

Keterbatasan lainnya adalah pada awal pertemuan, penulis mengalami kesulitan dalam membangun keaktifan kelompok, hal ini dikarenakan seluruh anggota kelompok belum pernah mengikuti konseling kelompok sehingga mereka masih malu-malu dan sulit untuk mengikuti proses layanan, tapi ketika berlangsungnya waktu lama-kelamaan peserta didik terbiasa dalam mengikuti proses tersebut. Peneliti juga kurang intens memantau perkembangan peserta didik karena dalam hal ini peneliti bertemu peserta didik hanya dalam waktu tertentu saja.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan analisis data yang telah disajikan dapat disimpulkan bahwa konseling *behavioral* dengan teknik *self-managment* untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung mengalami peningkatan dengan dibuktikan sebagai berikut :

1. Tingkat etika pergaulan peserta didik pada kelas eksperimen dapat dilihat dari hasil *pretest* dan *posttest*, sebelum diberikan *treatment* peserta didik diukur terlebih dahulu dari hasil *pretest* didapatkan skor 475 dengan rata-rata skor 59,375, setelah mendapatkan *treatment* peserta didik diukur kembali berupa hasil *posttest* sebesar 945 dengan rata-rata/*mean* 118,125, dengan demikian pada kelas eksperimen etika pergaulan mengalami peningkatan.
2. Pada kelas kontrol pun mengalami peningkatan. Hasil *pretest* pada kelas kontrol didapat skor 500 dengan rata-rata/*mean* 62,5 mengalami peningkatan setelah diberikan teknik *self-instruction* dengan nilai *posttest* skor 773 dengan rata-rata/*mean* 96,625.

3. Hasil uji wilcoxon dengan menggunakan program *Software SPSS 17,0 for windows* didapatkan z hitung pada kelas eksperimen yaitu 2,524 dan z hitung pada kelas kontrol yaitu 2,521. Dengan sig keduanya yaitu 0,012 yang lebih kecil dari sig 0,05. Hal ini dapat dikatakan bahwa z hitung pada kelas eksperimen lebih besar dari z hitung kelas kontrol ($2,524 > 2,521$), sehingga dapat dikatakan bahwa teknik *self-managment* lebih efektif dalam meningkatkan etika pergaulan peserta didik.
4. Tingkat presentase dalam kategori tinggi pada kelas eksperimen lebih tinggi dibanding kontrol ($87,5\% > 25\%$)

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling *behavioral* teknik *self-managment* dapat meningkatkan etika pergaulan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung, hal ini dibuktikan oleh peneliti dengan melihat hasil *posttest* dan dapat dilihat dari perubahan tingkah laku peserta didik di dalam kelas, kemudian interaksi terhadap teman dan gurunya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dibuktikan bahwa adanya perubahan dalam etika pergaulan peserta didik dari kategori rendah menjadi kategori tinggi setelah diberikan perlakuan berupa teknik *self-managment*. Adapun beberapa saran yang dapat digunakan sebagai pertimbangan yaitu :

1. Kepada Peserta Didik

Peserta didik diharapkan mengikuti konseling kelompok teknik *self-management* sebagai pengalaman yang berguna untuk menjadi pribadi yang lebih baik.

2. Kepada Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK diharapkan dapat melaksanakan atau memprogramkan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-managment* sesuai dengan permasalahan peserta didik.

3. Kepada Kepala Sekolah

Kepala sekolah agar dapat merumuskan kebijakan dan memberikan dukungan terhadap program bimbingan dan konseling

4. Kepada Peneliti Selanjutnya

Dalam penelitian ini, layanan kegiatan konseling kelompok yang dilakukan kurang kondusif, dikarenakan hanya dapat memanfaatkan ruang kelas sebagai tempat untuk sesi konseling, hal tersebut disebabkan oleh ruang BK yang kecil, sehingga ruang sesi konseling hanya dapat memanfaatkan ruang kelas. Maka saran peneliti hendaknya untuk penelitian selanjutnya mengenai etika pergaulan, hendaknya dilakukan di ruang khusus sesi konseling atau diruang tertutup agar proses konseling kelompok dapat lebih kondusif

DAFTAR PUSTAKA

- Anggriani, Novita, M. Husen, and Martunis. *“Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Etika Pergaulan Siswa SMK Negeri 1 Kluet Selatan”*. Jurnal Ilmiah BK FKIP Unsyiah. Vol. 1, No. 1, 2016.
- Annisa. *“Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018”*.
- Cholid Narbuko, and Abu Achmadi. *Metodelogi Penelitian*. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2015.
- Corey, Gerald. *Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: PT Rafika Aditama, 2005.
- Erlina, Nova, and Laeli Anisa Fitri. *“Penggandaan Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTs Miftahul Uhum Merabung III Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus”*. Jurnal Konseli BK Tarbiyah UIN RIL. Vol 03, No. 1, 2016.
- Erman Amti, Prayitno. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Febriani, Heni. *“Efektivitas Konseling Behavior Dengan Teknik Self-Management Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 13 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017”*.
- Fiah, Rifda El, and Ice Anggralisa. *“Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X MAN Krui Lampung Barat T.P 2015/2016”*. Jurnal Konseli BK Tarbiyah UIN RIL, Vol 2, No. 1, 2015.
- Furlonger, Brett, Steven Kiley, Dennis Moore, Marghrita Busacca, Brett Furlonger, Steven Kiley, Dennis Moore, et al. *“Using a Single-Case Experimental Design*

to Evaluate a Cognitive-Behavioural Self-Management Counselling Intervention Intervention". Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy, 2017.

Gie, The Liang. *Cara Belajar Yang Baik Bagi Mahasiswa Edisi Kedua*. Yogyakarta: Gajah Mada Universitas Press, 2002.

Gustini, Neng "*Bimbingan dan Konseling Melalui Pengembangan Akhlak Berbasis Pemikiran Al-Ghazali*", Tadris Jurnal Keguruan dan Ilmu Tarbiyah, 2016.

Hasan, Muhammad Iqbal. *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002.

Hurlock, B Elizabeth. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Penetbit Erlangga, 1980.

Kartono, Kartini. *Patologi Sosial*. Jakarta: CV Rajawali, 1997.

Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni, and Karsih. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks, 2014.

Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: UPT UMM, 2008.

Makmun, Khairani. *Psikologi Umum*. Yogyakarta: Aswaja, 2013.

Monica, Mega Aria, and Ruslan Abdul Gani. "*Efektivitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016*". Jurnal Konseli BK Tarbiyah UIN RIL, Vol 03, No. 1, 2016.

Muhayati, Sri. "*Meningkatkan Ketrampilan Etika Pergaulan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII F SMP Negeri 3 Demak Tahun Ajaran 2011/2012*".

Murti, Fiqih Kartika. "*Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Pemahaman Etika Pergaulan Siswa*". Jurnal

BK UNESA Vol 8, No. 1, 2018.

Namora, Lubis Lumongga. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011.

Novalia, Muhammad Syazali. *Olah Data Penelitian Pendidikan*. Bandar Lampung: Anugrah Utama Raharja, 2014.

Nursalim, Mochammad. *Strategi & Intervensi Konseling*. Jakarta: PT Indeks, 2014.

Okti, Friday, and Venanda Mega. “*Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Sociodrama Terhadap Peningkatan Etika Pergaulan Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Papar Tahun Ajaran 2015/2016*”.

Poerwadarminta, W.J.S. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 1991.

Prayitno. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995.

Rahmah, Itsna Fitria. “*Etika Pergaulan Remaja Muslim Yang Ramah Ditinjau Dari Konsep Peace Education Studi Di SMA Islam Al Azhar 14 Semarang*”. Jurnal Pendidikan Madrasah Vol 1, No. 2, 2016.

Rahmaniyah, Istighfarotur. *Pendidikan Etika*. Malang: Aditya Media, 2009.

Rasimin and Muhammad Hamdi. *Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara, 2018.

RI, Departemen Agama. *Al-Quran Dan Terjemahannya*. Bandung: PT Syamil Cipta Media, 2005.

Ruslan, Rosady. *Etika Kehumasan Konsepsi & Aplikasi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011.

Salleh, Amla dkk. *Bimbingan dan Kaunseling Sekolah*. Malaysia : Persatuan Penerbit

Buku Malaysia, 2006.

Sari, Fery Ratna. "*Upaya Peningkatan Etika Pergaulan Melalui Bimbingan Kelompok Pada Siswa.*" Jurnal Ilmiah Pendidikan Bimbingan Dan Konseling, 2014.

Sari, Reni Selviana. "*Pengaruh Layanan Bimbingan Sosial Terhadap Etika Pergaulan Peserta Didik Kelas VIII Mts Asy-Syafi'iyah Jatibarang Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2013/2014*". Jurnal Cakrawala Vol 1, No. 1, 2014.

Schardt, Elizabeth and Brian Truckle. "*A Counselling Group for Adolescents*". British Journal of Guidance & Counselling Vol 5, No. 2, 2008.

Singgih, Gunarsa D. *Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: Penerbit Libri, 2014.

Starc, Mario, and Mario Starc. "*Ethics and the Ethical Attitude*". Jung Journal Vol 11, No. 1, 2017.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Jakarta: Alfabeta, 2014.

Sukardi, Dewa Ketut and Nila Kusmawati. *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta, 2008.

Sutoyo, Anwar. *Pemahaman Individu*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.